

# **Kotitalousneuvonta arjen tukena Lapsiperheiden kokemuksia ja kotitalousasiantuntijoiden nä- kemyksiä Marttojen kotikäynneistä**

Helsingin yliopisto  
Kasvatustieteellinen tiedekunta  
Kasvatustieteiden osasto  
Pro gradu -tutkielma  
Kotitaloustiede  
Lokakuu 2018  
Marjut Hietaniemi

Ohjaaja: Hille Janhonen-Abruquah ja  
Sanna Sekki



|  |  |   |
|--|--|---|
| Tiedekunta - Fakultet - Faculty<br><b>Kasvatustieteellinen</b>   |  |   |
| Tekijä - Författare - Author<br><b>Marjut Hietaniemi</b>   |  |   |
| Työn nimi - Arbetets titel<br><b>Kotitalousneuvonta arjen tukena. Lapsiperheiden kokemuksia ja kotitalousasiantuntijoiden näkemyksiä Marttojen kotikäynneistä</b>  |  |   |
| Oppiaine - Läroämne - Subject<br><b>Kotitaloustiede</b>  |  |   |
| Työn laji/ Ohjaaja - Arbetets art/Handledare<br><b>Pro gradu -tutkielma /Hille Abroquah &amp; Sanna Sekki</b>  | Aika - Datum - Month and year<br><b>Lokakuu/2018</b> | Sivumäärä - Sidoantal - Number of pages<br><b>86 s + 3 liitesivua</b> |
| Tiivistelmä - Referat – Abstract<br><p>Tutkimus tarkastelee Marttaliiton Lapsiperheiden arjen tukeminen -toimintaa, jossa kotitalousneuvonnalla lapsiperheiden arkea ja hyvinvointia tuetaan kotitalousasiantuntijan tekemillä kotikäynneillä. Tutkimuksen tavoitteena on selvittää, miten kotikäynnit lisäsivät arjen sujuvuutta ja miten kotikäyntien yhteydessä tuettiin kotitaloustaitojen kehittymistä. Tutkimuksen tarkoitus on lisäksi avata ymmärrystä lapsiperheiden arjesta selvittämällä, millaisia arjen hallintaa kuormittavia tekijöitä perheissä oli sekä millaisia perheen arkea tukevia tekijöitä perheissä ilmeni.</p> <p>Tutkimuksessa käytettiin laadullista lähestymistapaa ja aineisto hankittiin puolistrukturoidulla teemahaastattelulla. Tutkimukseen haastateltiin kuutta vanhempaa ja neljää kotitalousasiantuntijaa. Aineisto analysoitiin teoriaohjaavan sisällönanalyysin avulla.</p> <p>Tutkimustulokset osoittivat, että vanhemmat kokivat arjen kiireisenä ja työntäyteisenä. Arkea kuormittivat etenkin työn asettamat aikataulut. Kotitalousasiantuntijat näkivät perheiden voimavaroja kuormittavan vaikeat elämäntilanteet sekä kotitaloustaitojen ja arjen rytmin puutteen. Tutkimuksen tulokset osoittivat, että perheillä oli tarve konkreettiselle avulle. Osa haastateltavista vanhemmista koki, että heidän kokemus avuntarpeesta oli ohitettu. Ennakointi ja päivärytmi nousivat tärkeäksi arkea tukevaksi tekijäksi molemmista aineistoista. Vanhemmat kokivat merkittävänä kotikäynneillä konkreettisen yhdessä tekemisen, ja käyntien nähtiin sujuvoittaneet arkea eri osa-alueilla. Kotitalousasiantuntijat näkivät yhtenä kotikäynnin tavoitteena löytää perheen oman tavan hoitaa arkeaan ja kotitaloustaitojen vahvistamiselle nähtiin hyvät edellytykset kotikäynneillä.</p> <p>Saatujen tulosten mukaan lapsiperheiden arkea kannattaa tukea niin kotitalousneuvonnan ja kotitalousasiantuntijan käynneillä kuin muillakin eri järjestöjen sekä yhteiskunnan tuottamalla tukitoimilla varhaisen tuen mallia painottaen. Lapsiperheiden arjen ja tuen tarpeiden ymmärrys mahdollistaa perhelähtöisten tukimuotojen kehittämisen.</p> |  |   |
| Avainsanat - Nyckelord<br><b>arki, lapsiperhe, arjen hallinta, voimavara, kotitaloustaito</b>  |  |   |
| Keywords<br><b>everyday life, families with children, control of everyday life, resources, household skills</b>  |  |   |
| Säilytyspaikka - Förvaringsställe - Where deposited<br><b>Helsingin yliopiston kirjasto – Helda / E-thesis (opinnäytteet)</b>  |  |   |
| Muita tietoja - Övriga uppgifter - Additional information  |  |   |



|  |   |  |
|--|---|--|
| Tiedekunta - Fakultet - Faculty<br>Educational Sciences  |   |  |
| Tekijä - Författare - Author<br>Marjut Hietaniemi  |   |  |
| Title<br>Household advice supporting everyday life: The experiences of household experts and families with children of home visits provided by the Martha Organization   |   |  |
| Oppiaine - Läroämne - Subject<br>Home economics  |   |  |
| Työn laji/ Ohjaaja - Arbetets art/Handledare - Level/Instructor<br>Master's Thesis / Hille Abroquah & Sanna Sekki  | Aika - Datum - Month and year<br>October/2018 | Sivumäärä - Sidoantal - Number of pages<br>86 pp. + 3 appendices |
| <p>Tiivistelmä - Referat - Abstract</p> <p>This research investigates “Supporting the everyday life of families with children” activity provided by the Martha organization. The activity consists of home visits arranged by household experts, which aim to facilitate the wellbeing and everyday life of families with children. The aim of the research is to explore how home visits facilitate the fluency of everyday life and how they support the development of household skills. In addition, the research aims to deepen understanding of the everyday life of families with children by investigating what type of burdening factors families face and what type of supporting factors appear in the everyday life of families.</p> <p>The research was qualitative by nature, and its material was obtained by conducting semi-structured theme interviews. That is, six parents and four household experts were interviewed for the research. The research material was analyzed using the theory-guided content analysis method.</p> <p>Based on the research results, parents experience everyday life as busy and full of work. Especially the schedules set by work burden everyday life. Household experts experienced that difficult life situations and the lack of household skills and everyday life patterns burden families. The research shows that families need concrete help and support. Some of the interviewed parents felt that their need for support had been left unrecognized. Based on the material, anticipation and daily routines proved to be important supporting factors for everyday life. Parents felt that the home visits contributed to the fluency of everyday life in many aspects and that doing things together was the concrete and significant way of contribution. Household experts viewed that the purpose of home visits was to discover the families' own way of handling everyday life and that the visits were the right way of strengthening household skills.</p> <p>According to the research, household advice and visits provided by household experts in addition to other support forms provided by different organizations and the society are worth the support for the everyday life of families with children. The understanding of the needs for everyday life and its support for families with children enables the development of family-oriented support forms.</p> |   |  |
| Avainsanat - Nyckelord<br>arki, lapsiperhe, arjen hallinta, voimavara, kotitaloustaito   |   |  |
| Keywords<br>everyday life, families with children, control of everyday life, resources, household skills   |   |  |
| Säilytyspaikka - Förvaringsställe - Where deposited<br>Helsinki University Library – Helda / E-thesis (theses)   |   |  |

# Sisällys

|       |   |    |
|-------|---|----|
| 1     | JOHDANTO.....                               | 1  |
| 2     | LAPSIPERHEEN ARJEN VOIMAVARAT .....         | 4  |
| 2.1   | Näkökulmia perheeseen .....                 | 4  |
| 2.2   | Perheen voimavarat.....                     | 5  |
| 2.2.1 | Materiaaliset voimavarat.....               | 5  |
| 2.2.2 | Aika .....                                  | 7  |
| 2.2.3 | Inhimilliset voimavarat .....               | 9  |
| 3     | ARKI.....                                   | 11 |
| 3.1   | Arjen moniulotteisuus ja rytmit .....       | 11 |
| 3.2   | Arjen hallinta.....                         | 14 |
| 3.3   | Kotitaloustaito osana arjen hallintaa.....  | 16 |
| 4     | LAPSIPERHEIDEN ARJEN TUKEMINEN .....        | 18 |
| 4.1   | Perhepoliittinen näkökulma .....            | 18 |
| 4.2   | Kolmannen sektorin tuki.....                | 21 |
| 4.3   | Kotitalousneuvonta arjen tukena.....        | 22 |
| 5     | TUTKIMUSTEHTÄVÄ JA TUTKIMUSKYSYMYKSET ..... | 25 |
| 6     | TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....                   | 27 |
| 6.1   | Marttojen kotikäyntitoiminnan esittely..... | 27 |
| 6.2   | Tutkimuksen kohderyhmä .....                | 28 |
| 6.3   | Laadullinen kokemuksen tutkimus .....       | 29 |
| 6.4   | Haastattelututkimus .....                   | 31 |
| 6.5   | Teoriaohjaava sisällönanalyysi .....        | 36 |
| 7     | TUTKIMUSTULOKSET .....                      | 40 |
| 7.1   | Vanhempien kokemus .....                    | 40 |
| 7.1.1 | Arkea kuormittavat tekijät .....            | 40 |
| 7.1.2 | Arkea tukevia tekijöitä .....               | 47 |
| 7.1.3 | Marttojen kotikäyntien merkitys .....       | 52 |
| 7.2   | Kotitalousasiantuntijan näkemys .....       | 55 |
| 7.2.1 | Arkea kuormittavat tekijät .....            | 55 |
| 7.2.2 | Arkea tukevat tekijät .....                 | 60 |
| 7.2.3 | Kotikäyntien merkitys.....                  | 61 |
| 7.3   | Tulosten yhteenvetoa ja tarkastelua.....    | 64 |
| 7.3.1 | Arkea kuormittavia tekijöitä.....           | 64 |

|  |    |
|--|----|
| 7.3.2 Arkea tukevia tekijöitä.....                             | 68 |
| 7.3.3 Kotikäyntien merkitys.....                               | 70 |
| 8 LUOTETTAVUUS.....  | 73 |
| 9 POHDINTA.....  | 76 |
| LÄHTEET.....   | 79 |
| LIITTEET.....  | 87 |
| Liite 1. Kirje kotikäyntiperheille.....                        | 87 |
| Liite 2. Kotitalousasiantuntijoiden teemahaastattelurunko..... | 88 |
| Liite 3. Vanhempien teemahaastattelurunko.....                 | 89 |

## TAULUKOT

|  |    |
|--|----|
| Taulukko 1. Haastatteluun osallistuneet kotitalousasiantuntijat.....         | 34 |
| Taulukko 2. Haastatteluun osallistuneet perheet.....                         | 35 |
| Taulukko 3. Analyysitaulukko soveltaen Tuomi & Sarajärveä (2018, s.132)..... | 38 |

## KUVIOT

|  |    |
|--|----|
| Kuvio 1. Aineiston analyysin vaiheet.....  | 36 |
| Kuvio 2. Vanhempien kokemus voimavaroja kuormittavista tekijöistä.....           | 41 |
| Kuvio 3. Vanhempien kokemus arkea tukevista tekijöistä.....                      | 48 |
| Kuvio 4. Kotitalousasiantuntijoiden näkemys arkea kuormittavista tekijöistä..... | 56 |

# 1 Johdanto

Lapsiperheiden hyvinvointiin ja arkeen liittyvä keskustelu on ajankohtaista vuosikymmenestä toiseen. Tiedotusvälineiden avulla piirtyy näkyviin huolipuhe, jossa pohditaan perheiden pahoinvoinnin syitä ja seurauksia. Yhteiskunnan ja perheiden arjen muuttuminen näkyvät lapsiperheiden arjessa. Muutoksia ovat olleet informaatioteknologian nopea kehitys, yksilöllistyminen ja perhemuotojen sekä -käsitusten muuttuminen. (Korvela & Tuomi-Gröhn, 2014, ss.10–12.) Lisäksi työhön kohdistuvat globaalit muutokset ovat heijastuneet perheiden arkeen (Horelli & Haverinen, 2008, s.95). Lapsiperheiden peruspalveluihin tehty leikkaukset ovat Eskolan (2014, ss.3–4) mukaan heikentäneet kaikkien lasten edellytyksiä hyvään kasvuun. Suurin osa lapsiperheistä voi hyvin, mutta Lammi-Taskulan ja Karvosen (2014) mielestä pienelle vähemmistölle on kasautunut vaikeaa pahoinvointia. Lapsiperheköyhyys on kasvanut ja toimeentulovaikeuksista kärsivät yksihuoltajien ja monilapsisten perheiden lapset. (Lammi-Taskula & Karvonen, 2014, ss.13–14.) Etenkin perheen taloudelliset ongelmat on nähty olevan kiinteästi yhteydessä lasten myöhempiin hyvinvoinnin ja mielenterveyden ongelmiin (Paananen & Gissler, 2014, s.209).

Yhteiskunta on pyrkinyt vastaamaan tähän tarpeeseen Lapsi- ja perhepalveluiden muutoshjelman (LAPE) sekä uusien lastensuojelu- sekä sosiaalihuoltolakien avulla. Nykyisen hallituksen kärkihankkeena on LAPE, jonka tarkoituksena on tukea perheiden hyvinvointia peruspalveluita vahvistamalla ja siirtää painopistettä ehkäiseviin palveluihin ja varhaiseen tukeen. Tämän hankkeen tavoitteena on poistaa palvelun saatavuuteen ja tarjoamiseen vaikuttavia eroja kehittämällä yhteistyötä yli hallinnollisten rajojen. Tämä tarkoittaa sekä sote-palveluiden uudelleen muotoilua että yhdyspintojen rakentamista kuntaan. Mukana yhteistyössä ovat myös järjestöt, seurakunnat ja yksityiset toimijat. (Pulkkinen, 2018, ss.19–23.)

Näistä toimista huolimatta käydään kriittistä keskustelua lapsiperheiden ennaltaehkäisevän työn vähäisyydestä eri areenoilla. Lapsiasiavaltuutettu Tuomas Kurttila kritisoi Helsingin Sanomissa (22.2.2018) ennaltaehkäisevän työn puutteellisuudesta. Kurttila saa tukea Kananojan (2018) raportista, jossa esitetään, että perheille suunnattua varhaista tukea on laajennettava tuntuvasti lisäämällä perhetyötä ja kotipalvelua. Lapsiperheiden tarpeiden ja palvelutodellisuuden kohtaamisen osalta on näkynyt pitkään esimerkiksi kotipalvelujen riittämättömyys. Kotipalvelun merkitys perheille elämäntilanteen helpottajana ja varhaisen tuen muotona on useissa tutkimuksissa nähty tärkeänä.

(Heino, 2011, ss.28–36). Kaikilla perheillä on arkisia ongelmia, mutta lapsiperheiden hyvinvoinnin kannalta on tärkeää saada oikea-aikaista sekä kohdennettua tukea arjen ongelmiin. Eskola (2014, ss.3–4) näkee, että kotiin annettu tuki vahvistaa myönteistä vanhemmuutta ja vähentää lasten myöhempiä mielenterveys- ja käytösongelmia.

Yhteiskunnan kokonaisuus on läsnä erilaisissa arkisissa toiminnoissa (Repo, 2009, s.26), ja arjen tutkimus on Jokisen (2005, s.159) mukaan tärkeää myös vallan näkökulmasta, sillä arki voi ylläpitää eriarvostavia käytäntöjä. Taloudellisten resurssien riittävyyttä hyvinvointipalveluihin arvioidaan, minkä vuoksi on tärkeää ymmärtää ja tutkia eri-ikäisten ihmisten arkea. (Lindfors, 2011, ss.13–14). Perheiden arkea koskeva tutkimus ei ratkaise perheiden ongelmia, mutta nostaa arjen haasteita esille ja lisää ymmärrystä perheen dynamiikasta (Rönkä & Kinnunen, 2002, s.7). Forsberg (2003, s.7) näkee perheen tärkeänä tutkimuskohteena, koska monet yhteiskunnalliset muutokset eletään, koetaan ja ratkaistaan perheissä. Suomessa arjen tutkimusta on tehty viime aikoina usealla eri tieteenalalla, kuten erityispedagogiikassa, kotitaloustieteissä ja yhteiskuntatieteissä (Korvela & Tuomi-Gröhn, 2014, s.18.) Kotitaloustieteessä arkea on tutkinut esimerkiksi Korvela (2003), Tuomi-Gröhn (2008), Janhonen-Abruquah (2010), Heinilä (2007), Korvela ym. (2009) ja Sekki (2018).

Arkielämän tutkimus lisää ymmärrystä arkitoiminnan merkityksestä ihmisen hyvinvoinnille (Korvela & Rönkä, 2014, s.214). Kotitaloustiede tarkastelee arkea konkreettisen toiminnan avulla, sillä kotitalouden toiminta nähdään aineellisen ja inhimillisen toiminnan vuorovaikutuksena syntyvänä prosessina. Arkea tarkastellaan kotitaloustieteessä holistisesti, joka merkitsee kotitaloustoiminnan tarkastelua päämäärän kautta, ja arjessa olevia yksittäisiä toimintatilanteita pyritään ymmärtämään kokonaisuuden näkökulmasta. (Haverinen, 1996, ss.9–12.) Kotitaloustieteen tutkimuksen tavoitteena on yksilöiden ja perheiden voimavarojen vahvistaminen ja arjen hallintataitojen edistäminen (Turkki, 1999, s.178) sekä ymmärryksen ja tiedon lisääminen ihmisestä, perheestä, yhteiskunnasta ja hyvinvoinnista (Heinilä, 2009, s.158).

Tässä tutkimuksessa tarkastelen Marttaliiton Lapsiperheiden arjen tukeminen -toimintaa, jossa kotitalousneuvonnalla pikkulapsiperheiden arkea tuetaan ja hyvinvointia vahvistetaan kotitalousasiantuntijoiden tekemillä kotikäynneillä. Toiminnan tavoitteena on perheiden arjen hallinnan taitojen ja käytännön kotitaloustaitojen kehittyminen, jonka lisäksi kotitalousneuvonnan avulla pyritään vahvistamaan perheiden luottamusta omaan osaamiseen.

Tutkimuksen tavoitteena on tuoda teemahaastattelujen avulla näkyville perheiden kokemuksia ja kotitalousasiantuntijoiden näkemyksiä Marttojen tekemistä kotikäynneistä. Lisäksi tavoitteenani on saada selville perheiden arkea ja sen hallintaa kuormittavia tekijöitä. Tärkeää on myös saada esille, mitkä ovat ne tekijät jotka tukevat perheiden arkea.



## 2 LAPSIPERHEEN ARJEN VOIMAVARAT

Tarkastelen tässä luvussa perheen käsitettä ja sitä, millaisia voimavaroja perheellä on toimia arjessa. Lapsiperheiden arjessa on nähtävissä yhteiskunnan ja perhemuotojen muutokset. Perheen hyvinvoinnin toteutumiseen tarvitaan perheen omien voimavarojen lisäksi yksityisen, julkisen ja kolmannen sektorin tukea (Raijas, 2014, s.107), sillä arjen rakentumiseen perheissä vaikuttaa niiden voimavarojen laatu ja saatavuus.

### 2.1 Näkökulmia perheeseen

Instituutiona perhe on käynyt viime vuosikymmeninä suuren muutoksen (Raijas, 2014, s.104), sillä suomalaisen perheen muoto on muovautunut suuperheestä ydinperhemallin kautta erilaisiin perheisiin niin rakenteeltaan kuin elämänvaiheiltaankin (Korvela & Tuomi-Gröhn, 2014, ss.11–12; Forsberg, 2003, s.11). Tilastokeskuksen (2017) mukaan Suomessa perheen muodostavat avio- tai avoliitossa yhdessä asuvat lapsineen, parisuhteensa rekisteröineet henkilöt ja heidän lapsensa, jompikumpi vanhemmista lapsineen sekä avio- ja avopuolisot sekä parisuhteensa rekisteröineet henkilöt, joilla ei ole lapsia. Lapsiperheiksi luetaan vain perheet, joissa kotona asuu vähintään yksi alle 18-vuotias lapsi. Vuoden 2016 lopussa Suomessa oli 1 476 000 perhettä, joista 39 % oli lapsiperheitä. Lapsiperheistä 59 % oli avioparien, 20 % avoparin ja 19 % äiti-lapsiperheitä. Isä-lapsi-perheitä oli vain kolme prosenttia, ja samaa sukupuolta olevia rekisteröityjä pareja oli vanhempina 700 lapsiperheessä. (Suomen virallinen tilasto, 2017.)

Perheen käsitteestä on useita eri tulkintoja, ja sen määrittely riippuu tutkijan näkökulmasta ja kulttuurista. Perhesuhde eroaa muista ihmissuhteista Röngän ja Kinnusen (2002, s.6) mukaan siinä, että ne yleensä perustuvat sukulaisuuteen tai laillisiin sopimuksiin. Repo (2009, s.29) taas korostaa, että on monia paikallisesti ja ajallisesti vaihtelevia tulkintoja perheestä. Salmen (2004, s.29) laaja perhemääritelmä kattaa avio- ja avoliittojen lisäksi myös yksinhuoltajat, lapsettomat parit ja jopa yksinasujat. Hänen mukaansa perheen voi määritellä niin kotitalouden, asumisjärjestelyiden, sukulaisuusjärjestelyiden, sukupuolisuhteiden kuin sukupolvisuhteidenkin mukaan. Jallinoja (2000) haastaa tarkastelemaan perinteistä käsitystä perheestä. Hän näkee perheen ideana ja tunnesiteenä, mutta käytännössä kovin epätäydellisesti toteutuvana kokonaisuutena. Perhe rakentuu tapahtumien kuluessa, ja ihmisen elinkaareen mahtuu erilaisia perheitä. (Jallinoja, 2000, s.10; Jallinoja, Hurme & Jokinen, 2014, s.7). Yksihuoltajaperheet, uusperheet, samaa sukupuolta olevien perheet ja eri osoitteissa asuvat perheet ovat

yhä tavallisempia. Avioerotilanteessa lapsi on asunut usean vuoden isän tai äidin kanssa ja luonut läheisen suhteen häneen. Vanhemman muuttaessa pois lapsi mieltää hänet perheeksensä, ja myös uusperheessä lapsi joutuu miettimään, tuleeko äidin ja isän lapset uudesta liitosta hänen perheeseensä (Jallinoja, 2000, ss.191–198.)

Janhonen-Abruquah (2012) näkee, ettei perheen tarvitse olla samassa tilassa tai ajassa ollakseen perhettä. Nykyaikana teknologia mahdollistaa yhteydenpidon matkapuhelimitse, sähköpostitse sekä internetin välityksellä ja luo sillan eri maissa asuvien perheenjäsenten välille. Perheen ja kodin voi nähdä laajemmassa mittakaavassa sosiaalisena tilana, missä seinät ja rajat ovat näkymättömiä. (Janhonen-Abruquah, 2012, ss.133,138.)

Perhesuhteet ovat merkittävimpiä ihmisen elämään vaikuttavista suhteista, ja perhettä määrittävät biologiset, sosiaaliset, taloudelliset ja emotionaaliset ulottuvuudet usein samanaikaisesti. Perhesuhteita säätelevät lait ja muut institutionaaliset rakenteet, mutta perhesuhteissa on kyse etenkin hoivasta, huolenpidosta ja vastuusta. Perhekäsitys on vahvojen ja erilaisten kulttuuristen, yhteiskunnallisten, sosiaalisten ja yksilöllisten merkitysten ympäröimiä. Perhesuhteissa on myös kysymys siitä, keillä on oikeus perheeseen tai ketkä jäävät tai jätetään perhesuhteiden ulkopuolelle. (Sevon & Notko, 2008, s.13.) Yhteiskunta säätelee lakien ja normien kautta lapsiperheiden arkea. Tämän vuoksi ei ole merkityksetöntä, miten yhteiskunta määrittelee perheen.

Tässä tutkimuksessa katsotaan perhekäsitettä laajemmin kuin tilastokeskuksen antamassa määritelmässä. Tutkimuksessani en rajaa perheiden omia käsityksiä ja kokeimuksia perheestään perheen käsitteen ulkopuolelle, vaan näen perheen monimuotoisena ja erilaisina kokoonpanoina niin ajallisesti kuin tilallisesti toteutuvana. Tutkimuksen kohdejoukko muodostui yhdestä uusperheestä ja neljästä ydinperheestä, joissa on isä, äiti ja lapsia. Uusperheessä osa lapsista asui suurimman osan ajasta toisen vanhemman luona, mutta lapsien nähtiin kuuluvan myös tähän perheeseen.

## **2.2 Perheen voimavarat**

### **2.2.1 Materiaaliset voimavarat**

Yhteiskunnalliset rakenteet, instituutiot ja kulttuuri luovat taloudelliset, kulttuuriset ja sosiaaliset puitteet lapsiperheiden arkeen. Perheen hyvinvoinnin toteutumiseen tarvitaan perheen omien voimavarojen lisäksi yksityisen, julkisen ja kolmannen sektorin tukea

(Raijas 2014, s.107). Perheet tarvitsevat arjessa erilaisia voimavaroja, jotka edesauttavat heidän hyvinvointinsa toteutumista. Raijas (2014) näkee kotitalouksien hyvinvoinnin koostuvan materiasta, terveydestä ja sosiaalisista suhteista. Hän myös luokittelee kotitalouden voimavarat inhimillisiin ja materiaalsiin voimavaroihin. Inhimilliset voimavarat voidaan nähdä yksilön henkisinä ominaisuuksina kuten tietämyksenä. Materiaaliset voimavarat ovat puolestaan käytettävissä olevat tulot ja varallisuus. Pelkonen (1994) taas jakaa perheiden voimavarat sisäisiin ja ulkoisiin voimavaroihin. Hän näkee sisäisten voimavarojen olevan yksilöllisiä ja henkilökohtaisia, kun taas ulkoiset voimavarat pitävät sisällään aineelliset resurssit ja sosiaalisen tuen. (Pelkonen, 1994, ss.35–36.)

Materiaaliset voimavarat koostuvat pääosin palkkatuloista sekä saaduista tulonsiirroista, joita ovat esimerkiksi eläke, asumistuki, erilaiset perhevustukset, opintoavustus, sosiaaliavustukset, sairauspäivärahat ja toimeentulotuet. Lisäksi rahoitusvarallisuus sekä kiinteä omaisuus lasketaan materiaalsiin voimavaroihin. Pääosa tuloista tulee palkkatyöstä, ja työmarkkinoiden epävakaus onkin tuonut ongelmia osalle perheistä oman talouden suunnitteluun, suurien investointien tekemiseen sekä myös jokapäiväiseen toimeentuloon. Perheiden taloudelliset voimavarat asettavat reunaehdot useimpien tarpeiden tyydyttämiselle ja vaikuttavat laajasti mahdollisuuksiin toimia niin kodissa kuin sen ulkopuolella. Taloudellisten voimavarojen niukkuus voi heikentää perheen mahdollisuuksia integroitua ympäröivään yhteiskuntaan, mikä taas voi johtaa syrjäytymiseen. Lisäksi talouden hyvinvointi on kiinteästi kytköksissä muiden elämänalueiden hyvinvointiin. (Raijas, 2005, ss.75–78.) Kotitalouden sisällä materiaalisten voimavarojen hallintaan vaikuttaa ratkaisevimmin kotitalouden elinvaihe. Raijas (2005, s.88) näkee taloudellisen suunnittelun ja rahankäytön seurannan tuovan elämään turvallisuutta ja auttavan päätöksenteossa.

Taloudelliset resurssit useimmiten vähenevät lapsen synnyttyä, kun toinen puolisoista jää kotiin hoitamaan lasta, ja lisäksi lapsen myötä tulee uusia kulueriä. Kotiin jäävän henkilökohtaiset tulot vähenevät, ja yleensä roolimalli muuttuu modernista perinteisempään pienipalkkaisemman äidin jäädessä kotiin hoitamaan lasta. (Raijas, 2014, ss.107–108.) Tämä voi Sailion (2014) mukaan modernille ja taloudellisesti itsenäiselle naiselle olla haastavaa sopeutua perheellistymisen tuomiin uusiin rooleihin, mikä pakottaa osapuolet neuvottelemaan kotitalouden resursseista. Sailio (2014) näkeekin rahanjakoa koskevassa tutkimuksessaan, että rahanjaon avulla saatetaan ylläpitää tasaa arvoa tai käyttää valtaa taloudellisesti heikompaa osapuolta kohtaan. (Sailio, 2014, ss.126–139.)

Lapsiperhe-elämänvaiheeseen siirryttäessä kotitalouksien resurssienjako usein muuttuu ja perheissä joudutaan tällöin pohtimaan uudelleen rahaan, kotitöihin ja ajankäyttöön liittyviä resursseja. (Raijas, 2014, ss.69, 74, 105, 129.) Lapsen syntymän myötä perheessä tehdään päätöksiä lasten hoidosta ja kotitöiden jakamisesta. Yleisesti kotitalouden käytettävissä olevat tulot ja vapaa-aika näyttävät lisääntyneen, mutta silti kotitaloudet kokevat niukkuutta niin rahasta kuin ajastakin (Raijas, 2005, ss.84–85, 99).

Tulot vaikuttavat laajasti perheiden ja kotitalouksien elämään. Arjessa korostuu materiaalien voimavarojen määrän ero taloudellisesti heikossa ja hyvässä asemassa olevien välillä sekä heidän taitonsa käyttää näitä olemassa olevia resursseja. Nykyajan köyhyys ilmenee vaihtoehtojen puutteena, taloudellisista syistä aiheutuvina toimintarajoituksina ja heikentyneinä mahdollisuuksina integroitua ympäröivään yhteisöön. Subjektiiivinen kokemus taloudellisen ja sosiaalisen aseman huonoudesta suhteessa muihin ihmisiin kasvaa. Tällöin saatetaan keskittyä siihen, mitä itseltä puuttuu, eikä osata arvostaa omia resursseja. (Raijas, 2005, ss.99–100.)

### 2.2.2 Aika

*Aika* on materiaalien voimavarojen ohella toinen kotitalouden keskeisimmistä resursseista, sillä se jäsentää kotitalouden päivittäistä toimintaa. Aika voidaan nähdä sekä taloudellisena resurssina että ympäristötekijänä. Aika ei kartu eikä sitä voi säästää, ja ajan yksi ominaisuus onkin sen rajallisuus. Päivittäistä ajankäyttöä säätelevät ansiotyön määrä, julkisten ja yksityisten palvelujen aikataulut sekä pakollisiin toimintoihin, kuten kotitaloustöihin ja lasten hoitoon, käytetty aika. Ajankäyttö nähdään kustannuksena etenkin työelämässä, ja nämä kustannukset halutaan minimoida. Nykyisin käytettävissä oleva aika halutaan käyttää mahdollisimman tarkkaan ja toimeettomuus nähdään usein tehottomuutena ja ajankäytön huonon organisointina. (Raijas, 2005, s.79.) Miettinen ja Rotkirch (2012, s.16) jaottelevat perheen ajan välttämättömään, sovittuun ja omistettuun aikaan sekä vapaa-aikaan. Aika näyttäytyy lapsiperheessä heidän mielestä jatkuvina lähtemisinä ja tulemisina. Kyrönlampi-Kylmäsen (2007, ss.9, 191) väitöskirjan tulokset tukevat tätä väitettä. Tutkimustuloksissa näkyi, että tutkimuksissa olleiden lasten arki jäsentyy lähtemisten ja tulemisten kautta ja lasten arkea määritteli vanhempien työssäkäynti. (Mt.) Tutkimusten mukaan varsinkin ansiotyössä käyvät lapsiperheiden isät ja äidit tuntuvat kärsivän usein kiireestä. Toisaalta ajankäytön tutkimukset osoittavat, että meillä on enemmän vapaa-aikaa kuin ennen. Lasten ja aikuisten vapaa-ajan harrastukset ja niiden aikataulut lisäävät aikapaineita, ja ansiotyöaikojen sekä perheen

muiden aikataulujen yhteensovittaminen on haasteellista. (Miettinen & Rotkirch, 2012, s.21.)

Edelleen ajankäyttöaineiston perusteella näyttää lapsiperheissä kotityöt kasaantuvan helpommin naiselle ja ansiotyöt miehelle. Aaltosen ja Varjosen (2008) ajankäytön tutkimuksessa tämä näkyi niin, että ero miesten ja naisten kotitaloustöihin käyttämässä ajassa oli merkittävä. Naiset käyttivät 13 % ja miehet vain 4 % ajastaan kotitaloustöihin päivässä. Tasa-arvo on kuitenkin edistynyt, ja myös isän rytmi on muuttunut sidotumaksi vauvan syntymän jälkeen. (Aaltonen & Varjojen, 2008, s.95; Aalto, 2014, s.72.) Raijas (2014, ss.117–118) huomauttaa, että kotitöiden jakaminen tyydyttää molempia parhaiten silloin, kun se voidaan tehdä neuvottelemalla ja sopimalla.

Perheiden arkea rytmittävät vanhempien työajat, lasten hoitoajat, nukkuma-ajat ja ruokarytmit, ja perheen arjelle onkin ominaista syklisyys ja rutiinit. Rönkä ja Kinnunen (2002) näkevät etenkin työn ja perheen yhteensovittamisen olevan yksi keskeinen haaste lapsiperheissä. Työn ja perhe-elämän yhteensovittamisessa on kyse perheen ajankäytöstä, arjen jäsentymisestä, perheenjäsenten yhdessäolosta ja kasvatustuun sekä kotitöiden tasapuolisesta jakamisesta. (Lindfors, 2011, ss. 22–24; Rönkä & Kinnunen, 2002, ss. 5, 12.)

Viime vuosikymmenien aikana työ on muuttanut perheiden arkea merkittävästi, sillä työn ja perheen välinen raja on tullut häilyväksi. Tietotyössä on nykyteknologian avulla mahdollista työskennellä ajasta ja paikasta riippumattomasti. Tämä tarkoittaa usein sitä, että vanhemmat jatkavat työntekoa kotona. Yhteiskunnan muuttuminen 24/7-suuntaan on muokannut perheiden yhteistä ajan käyttöä arkena ja näkyy yö- ja vuoro-työn sekä epäsäännöllisten työaikojen lisääntymisenä. (Kupiainen & Holmberg, 2011, s.50; Kinnunen, Malinen & Laitinen, 2009, ss.126–127; Kuivakangas, 2002, s.43.) Lapsiperheiden vanhemmat tekevät pitkiä työpäiviä yhtä yleisesti kuin lapsettomat palkansaajat ja työskentelevät usein perheen kannalta hankalina aikoina, kuten iltaisin, öisin ja viikonloppuisin (Salmi & Lammi-Taskula, 2014, s.33). Kinnunen ja Mauno (2002, s.99) näkevät työn ja perheen vaatimusten yhteensovittamisen olevan yhä haastavampaa kasvavien vaatimusten ja jatkuvien muutosten vuoksi. Kivimäki (2003, ss.199–192) on huolissaan perheen yhteisestä ajasta töiden tullessa kotiin ja vanhempien jatkaessa työntekoa kotona. Työn ja perheen yhteensovittamiseen vaikuttaa myös se, millaisia rooleja miehillä ja naisilla on työelämässä ja miten vanhempien roolit ja vastuut on jaettu kotona (Moisio & Huuhtanen, 2007, s.45).

### 2.2.3 Inhimilliset voimavarat

Inhimilliset eli henkiset voimavarat liittyvät yksilön tietämykseen ja osaamiseen, joka hankitaan koulutuksen, oman kiinnostuneisuuden sekä ammatillisen ja elämänskoke-  
muksen avulla. Henkistä pääomaa hyödynnetään vuorovaikutuksessa perheen jäsen-  
ten, sukulaisten sekä ystävien ja tuttavien kanssa. Oleellista näiden inhimillisten voi-  
mavarojen käytölle on niiden tiedostaminen ja taito hyödyntää niitä. Henkistä pääomaa  
tarvitaan myös taloudellisten voimavarojen hankinnassa, käytössä ja käytön suunnitte-  
lussa sekä kulutushyödykemarkkinoilla toimimisessa, kotitalouden jäsenten erilaisten  
tarpeiden yhteensovittamisessa sekä erilaisten kotitaloustöiden suorittamisessa. Kulut-  
taja joutuu hankkimaan ja käsittelemään monenlaista informaatiota näiden päätösten  
tueksi, ja nykykuluttajalta edellytetään paljon osaamista ja taitoja. (Raijas, 2005, s. 82.)  
Haveri (2009, s.52) näkee teknologian myös yhtenä inhimillisenä voimavarana, kun  
teknologisen tiedon hyödyntäminen tuo arkeen haluttuja muutoksia. Tarvittavan osaa-  
misen ja tietämisen edellyttäminen eriarvoistaa kuluttajia, sillä kaikilla kuluttajilla ei ole  
lähtökohtaisesti samanlaisia valmiuksia. Monimutkaistuvassa yhteiskunnassa vaati-  
mukset kansalaisten osaamisesta arjen eri osa-alueilla ovatkin kasvaneet. (Raijas,  
2005, s.82.) Inhimilliseksi voimavaraksi voidaan nähdä perheessä tiimiperhemalli, jossa  
yhteisöllisyys ja yksilöllisyys ovat molemmat vahvoja. Kaartin ja Korvelan (2014) tutki-  
muksessa tiimiperhemallissa aikaa osattiin organisoida ja perhe kykeni neuvottele-  
maan ja rakentamaan kompromisseja. Yhteiskunnan tehokkuuden vaatimukset huomi-  
oiden tiimiperhe muokkasi omaa toimintaansa sen mukaan. (Kaarti & Korvela, 2014,  
s.164.)

Yhteiskunta luo puitteet ja ilmapiiirin sosiaalisen pääoman syntymiselle, jota muodostuu  
yksilöiden, yhteisöjen ja yhteiskunnan välisessä vuorovaikutuksessa. Yhteisö luo sään-  
nöt ja muodostaa verkoston yksilöiden väliselle toiminnalle, jotta sosiaalinen pääoma  
mahdollistuu. Sosiaalisen pääoman tuottamisen hyötynä on yksilöiden kokemus mieli-  
hyvä sekä yhteistoiminnan helpottuminen ja kollektiivisuuden lisääntyminen. (Raijas,  
2005, s.83.) Horelli & Haverinen (2008, s.96) näkevät sosiaalisena pääomana paikallis-  
ta kulttuuria ylläpitävät yhteisölliset ja osallistumista vahvistavat rakenteet, jonka voivat  
muodostaa asukas- ja käyttäjäryhmät, palvelun tarjoajat ja yritykset.

Perheiden hyvinvoinnin kannalta voimavarojen määrän ja laadun tiedostaminen sekä  
niiden hallitseminen on keskeistä. Voimavarojen hallinta on sidoksissa voimavarojen  
määrään, kotitalouden jäsenten henkilökohtaisiin ominaisuuksiin sekä ympäristötekijöi-  
hin. Kotitalouden jäsenet voivat itse vaikuttaa joidenkin voimavarojen määrään sekä

käyttöön, mutta hallittavuus vaihtelee kotitalouden eri elinvaiheissa. Resurssien määrällä ja niiden jakaantumisella perheessä eri henkilöiden kesken on vaikutusta yksilön kokemaan hyvinvointiin. (Raijas, 2005, ss.84–85; Raijas, 2014, s.106.) Tärkeää hyvinvoinnin kokemisessa on myös, miten perheet pystyvät käyttämään voimavarojaan haluamallaan ja arvostamallaan tavalla (Raijas, 2005, s.72).

### 3 ARKI

Arkielämä on konteksti, jossa päivittäiset tavat ja perustoiminnot toteutuvat. Käsittelen työssäni lapsiperheenarkea, joka rakentuu perheenjäsenten aktiivisten prosessien tuotoksena (Janhonen-Abreuquah, 2012, s.133). Arki on henkilökohtainen ja yksilöllinen kokemus (Janhonen-Abreuquah, 2012, s.133), mutta johon vaikuttavat omien ja perheen yhteisten voimavarojen määrä ja laatu. Tässä tutkimuksessa tarkastelen lapsiperheen vanhempien kokemuksia arjesta, jonka vuoksi avaan eri tutkijoiden näkemyksiä arjen käsitteestä sekä rytmin merkityksestä. Arkielämä on yhteiskunnan ja perheen muutosten myötä tullut monimutkaisemmaksi ja perheet tarvitsevat erilaisia taitoja arjen hallintaan. Kotitaloustaito tukee arjessa selviämistä ja mahdollistaa mielekkään kotitaloustoiminnan. Heinilä näkee käytännöntaitojen lisäksi kotitaloustaidon ulottuvuuksina uudelleen tekemisen, emansipaation, yhteensovittamisen ja emotionaalisen kokemuksen. (Heinilä, 2007, ss.68–69, 88–101.)

#### 3.1 Arjen moniulotteisuus ja rytmit

Arki voidaan nähdä toistuvana ja syklisenä, ja sen tehtävänä on elämän uusintaminen (Korvela & Tuomi-Gröhn, 2014, ss.9–11). Korvela (2003, s.5) näkee arjen kehkeytyvän hetki hetkeltä toiminnallisten prosessien kautta ja tuottavan uusia tilanteita. Arkielämän prosessissa perheenjäsenet muokkaavat ja saavat aikaan ajallisesti ja paikallisesti yhdessä ja erikseen arkea niin materiaalisesti kuin sosiaalisesti. Materiaalinen eli konkreettinen toiminta liittyy arjen tuottamiseen, sillä käytämme erilaisia materiaalisia välineitä ja artefakteja kohdatessamme arjen haasteita. Materiaalinen tuottaminen näkyy myös konkreettisina ja käsin kosketeltavina sekä muiden aistien havaitsemina tuotoksina. Sosiaalisen tuottamisen tuotoksia voidaan nähdä ja kuulla sosiaalisena vuorovaikutuksena niin perheenjäsenten kesken kuin kodin ulkopuolisten tahojen kanssa. Arjen tuottaminen ei rajoitu kotielämään, vaan siihen kuuluu myös työ, eli se pitää sisällään kodin ja julkisen elämän alueet sekä niiden väliset suhteet. (Korvela & Tuomi-Gröhn, 2014, ss. 9–17; Korvela, 2014, s. 9.)

Felski (1999–2000) käsitteellistää arkea kolmen ulottuvuuden kautta: ajallisuuden, tilallisuuden ja toiminnallisuuden kautta. Jokinen (2005, s.16) puolestaan jakaa arjen viiteen ulottuvuuteen Felskiä mukaillen: toistoon, kodintuntuun, tavanmukaisuuteen, taipumukseen vahvistaa totunnaisia sukupuolitapoja ja kykyyn muuntaa ulkoisia pakko- ja tahteja omilta tuntuviksi rytmeiksi. Arki on tässä ja nyt, eli ajallisuus ja tilallisuus ovat ar-



jen keskeisiä ulottuvuuksia (Felski, 1999–2000; Jokinen, 2005; Rönkä & Korvela, 2009), sillä arki on kaikkialla läsnä oleva inhimillisen toiminnan olemassaolon muoto (Jokinen, 2005, s.10). Hellerin (1984, s.6) mukaan arki on jokaisen välittömässä elinympäristössä ja muuttuu omakohtaiseksi kokemukseksi joka päivä. Tuomi-Gröhn (2009) näkee arjen olevan yhtälailla päivittäisiä ja viikoittaisia rutiineja kuin harvemmin tapahtuvia juhlahetkiä. Arki ei ole sidoksissa tiettyyn paikkaan vaan jatkuu toteutuen uudessa ympäristössä (Janhonen-Abruguah, 2010, s.38). Korvela ja Rönkä (2014) lähestyvät arkea kolmen teemakokonaisuuden avulla, toimintojen, ajallisuuden ja tunteiden ja näkevät arjen sisältävän nämä keskeiset osa-alueet. He näkevät, että arjessa on kysymys tekemisestä, rutiineista ja käytännöistä. (Korvela & Rönkä, 2014, ss.197–198.)

Korvela (2014, ss.7,17) näkee säännöllisen päivärytmi tärkeänä arkea tukevana elementtinä. Arjen rytmit muodostuvat, kun toiminnot järjestyvät ajallisesti suhteessa toisiinsa tiettyyn toistuvaan järjestykseen. Päivän perusrakenne toistuu päivästä toiseen pääpiirteissään samanlaisena ja tämä toistuvuus luo päivään tuttuuden ja ennakoitavan rytmin. (Korvela & Tuomi-Gröhn, 2014, ss.7–8.) Pirjo Korvela (2003) tutki kotitaloustieteen alan väitöskirjassaan perheenjäsenten kotona olemisen ja tekemisen dynamiikkaa. Korvela havaitsi tutkimuksessaan perheiden arkipäivän muodostuvan erilaisista, ajallisesti toisiaan seuraavista vaiheista, jotka hän nimesi sekvensseiksi. Näiden sekvenssien väliset vaiheet nimettiin siirtymävaiheiksi. Lapsiperheiden arjessa oli tässä tutkimuksessa nähtävissä useampia sekvenssejä yhtä aikaa, silloin kun joku perheenjäsenistä alkoi tekemään seuraavan sekvenssin tekoja meneillään olevassa sekvenssissä. Korvela huomasi, että siirtymävaiheisiin liittyi jännitteisyyttä kahden eri sekvenssin poiketessa huomattavasti toisistaan. (Korvela, 2003, ss.99–104.)

Kotitalouden toiminnan tavoitteena on arjen sujuminen, ja päivittäiset toiminnot antavat muodon arjelle (Jokinen, 2005, ss.10–11). Salmi (2004) näkeekin arkielämän yhteiskunnallisten rakenteiden ja kotitalouksien päivittäisten toimintojen välisenä jatkuvana vuorovaikutuksena. Tämä vuorovaikutus on Korvelan ja Tuomi-Gröhnin (2014, s.17) mukaan pohja sekä toimintojen vakaudelle että niiden muutokselle.

Arkeen sisältyy myös toisto ja rutiinit. Nämä joskus myös uuvuttavat, ja tylsät rutiinit tukevat yllätyksättömyyttä ja sitä kautta myös tavanomaisuutta. (Jokinen, 2005, ss.11, 24, 28.) Arkirutiinit tuovat kuitenkin arkeen ennakoitavuutta ja vapauttavat ihmisen uppoutumaan välttämättömiin toimintoihin ilman erityistä toiminnan suunnittelua ja pohdintaa. Automatisoituneet rutiinit eivät vaadi paljon tietoista ajattelua, ja ne luovat ar-

keen turvallisuutta ja helpottavat arjen sujumista. (Korvela & Tuomi-Gröhn, 2014, s.15; Jokinen, 2005, ss.11–12.) Arjen pyöriessä ja rutiinien rytmittäessä päiviä voi myös ehkä levätä. Arki muuttuu haasteelliseksi, kun se ei suju ja elämästä tulee epävarmaa. (Jokinen, 2005, ss.10–12.) Toisaalta arkitoiminta ei ole kuitenkaan pelkkiä automatisoituneita rutiineja vaan sisältää jatkuvasti uusien ongelmien kohtaamista ja ratkaisujen hakemista niihin (Korvela & Tuomi-Gröhn, 2014, s.17). Tuomi-Gröhn (2009) näkee, että etenkin elämän murroskohdissa on ympäristöä hyödyntäen haettava uusia ja toimivia ratkaisuja entisten rutiinien ja rytmien tilalle

Arjen sujuvuus on hyvinvoinnin toteutumisen kannalta keskeistä lapsiperheissä, jolloin päivän toiminnot rytmittyvät lapsen ruokailu-, ulkoilu ja lepotarpeiden mukaan (Raijas, 2014, s.106). Toistossa on rytmi, joka tuo turvallisuutta ja tervettä rutiinia etenkin lapsille ja vanhuksille (Heinilä, 2007, s.2). Korvela (2014, ss.323–327) näkee, kuten muutkin *Arjen rakentuminen ja rytmit perhe-elämän käännekohtissa* kirjoittajat, että säännöllinen päivärytmi, yksilön ja yhteisöjen rytmien samankaltaisuus, autonomia arjen rytmin rakentamisessa sekä jatkuvuuden ja harmonian kokemukset ovat lisäämässä arjen hyvinvointia perheissä. Toisaalta tuoreet vanhemmat voivat kokea sidotut rutiinit yksilön omaa autonomiaa uhkaavana, jos ovat tottuneet hoitamaan asioitaan tiukoista aikatauluista riippumattomana (Raija, 2014, s.121.)

Väestöliiton Arki Haltuun -hankkeessa hyödynnettiin Korvelan (2003) sekvenssirakennetta. Arki haltuun -hankkeessa perhetyöntekijät yhdessä perheen kanssa rakensivat arjen sekvenssikartan, jonka avulla rytmitettiin perheen arjen tehtäviä, luotiin heille uusia rutiineja ja seurattiin niiden toteutumista. Perhetyön ohjauksen keskiössä oli aika. Sekvenssikartta-menetelmän avulla perheen arkeen luotiin siitä puuttuvia rakenteita ja näin arkipäivän ennakoitavuus lisääntyi. Ongelmiin pyrittiin löytämään yhdessä perheen kanssa vaihtoehtoisia toimintatapoja. Sekvenssikartan edellytyksenä oli perheen aktiivinen osallistuminen työskentelyyn. (Korvela, Holmberg, Jonsson & Kupiainen, 2009, ss.110, 117; Sekki, 2018, ss.106–107.) Sanna Sekki (2018) analysoi kotitaloustieteen alaan kuuluvassa väitöstudkimuksessaan perheiden arkitoimintaa perhetyön kontekstissa. Sekin (2018) tutkimus toi tietoa perheiden arjessa tarvitsemista taidoista ja tiedoista sekä arjen käytäntöjen kehittämisestä uudella työmuodolla. Tutkimuksessa perhetyön tavoitteena oli perheiden arjen hallinnan ja hyvinvoinnin kehittäminen sekvenssikarttaa hyödyntäen. Tutkimuksen pohjana oli Arki haltuun -kehittämishankkeessa kerätty aineisto. (Sekki, 2018)

## 3.2 Arjen hallinta

Kotitalouden toiminnan tavoitteena on arjen hallinta, ja se voidaan ymmärtää Heinilän (2007, s.65) mukaan arjessa tarvittavien taitojen osaamisena. Liisa Haverinen (1996) on kotitaloustieteen alaan kuuluvassa väitöskirjassaan määritellyt arjen hallinnan laadullista sisältöä kuvaavat käsitteet. Haverinen (1996) näkee arjen hallintaan kuuluvan persoonallisuuden sekä oman toiminnan kehittymisen näkökulmat. Arjen hallinnan mahdollistavat sujuva käytännön toiminta, kyky kantaa oma-aloitteisesti vastuuta sekä hyvät ihmissuhde- ja vuorovaikutustaidot. Tärkeänä arjen hallinnassa Haverinen pitää myös oma-aloitteisen vastuun ottamisen yhteisestä toiminnasta. Nykyaikana arjen hallinta edellyttää erilaista tietoa, kuten tosiasia-, toimenpide- ja arvotietoa, jotka auttavat soveltamaan ja yhdistämään tietoa kokonaisuuksiksi arjen muuttuvissa tilanteissa. (Haverinen, 1996, ss.103–104, 112–115.)

Arjen hallintaa voidaan tarkastella myös ulkoisena ja sisäisenä arjen hallintana. Ulkoinen näkökulma pitää sisällään käytännön taitojen osaamisen eli kotona tehtävien töiden suorittamisen. (Haverinen & Saarilahti, 2009, s.81.) Sisäinen arjen hallinta on yksilön kykyä solmia ihmissuhteita ja elää tasapainoisessa suhteessa sekä itsensä että lähimmäistensä kanssa. Se on myös vastuun ottamista yhteisestä hyvinvoinnista ja näytettyä itsekkyyden hallintana. Vastuullisuus ilmentyy oma-aloitteisuutena ja itsenäisyytenä kotitalouden toiminnassa. Itsekkyyden hallinta vaatii toisten ihmisten ja ympäristön huomioimista ja oman hyvän asettamista toissijaiseksi. (Haverinen & Saarilahti, 2009, s.75; Haverinen, 1996, ss.103–106.) Haverinen (2009, s.23) toteaa sisäisen arjen hallinnan olevan yksilön omakohtainen tunne arjesta selviytymisessä, mikä muodostuu omien tavoitteiden ja voimavarojen tiedostamisesta sekä niiden sopeuttamisesta yhteisön vaatimusten mukaan (Haverinen, 1996, ss.103–106).

Käytän tutkimuksessani arjen hallinta -käsitettä, jota voidaan pitää lähikäsitteenä kotitaloustieteessä käytetyille voimavarojen hallinnalle tai esimerkiksi sosiologiassa Roosin (1988) käyttämälle elämänhallinnan käsitteelle (Haverinen, 1996, s.10). Arjen hallinta -käsite kuvaa Haverisen (1996, s.104) mielestä elämänhallintaa havainnollisemmin persoonallisuuden kehittymiseen kytkeytyvää käytännön toiminnan ulottuvuutta. Hurtig (2003, s.84) kritisoi arjen hallinta -käsitettä, sillä hän näkee elämään liittyvän väistämättä yllätyksellisyyttä ja inhimillistä reagoitua. Hän kysyykin, että voiko arkea ylipäättään hallita.

Haverinen (1996) on määritellyt arjen hallinnan laadullista sisältöä kuvaavat käsitteet, jotka muodostuvat kolmesta tasosta (osaava, taitava ja ymmärtävä) ja kolmesta ulottuvuudesta (toiminnan päämäärä, toimintaa ohjaava tieto, toiminnassa ilmenevä vuorovaikutus). Tässä tutkimuksessa en määrittele haastateltavien lapsiperheiden arjen hallinnantasoja vaan pidän tärkeämpänä perheen omakohtaista kokemus arjen hallinnasta (Haverinen & Saarilahti, 2009, s.80).

Horellin ja Haverisen (2008, ss.101–105) mielestä hyvä organisointi ja rutiinit auttavat arjen hallinnassa. Euroopan sosiaalirahaston tukemassa ARJA-hankkeessa tutkittiin suomalaisten aikuisuunnittelua ja arvioitiin sen vaikutusta arjen hallintaan. ARJA-hankkeen kyselyn perusteella lapsiperheiden arjen hallintaa säätelivät vanhempien työaika, työpaikan perhemyönteisyys, lasten ja kodinhoito, yksilön oma asenne, organisointikyky, perheessä vallitseva työnjako sekä asunnon laatu. Myös asuin ympäristön palvelut ja liikkumismahdollisuudet tukivat kyselyn vastaajien mielestä lapsiperheen arkea. Tärkeimmäksi arjen hallintakeinoksi nousi tässä tutkimuksessa kuitenkin rutiinit. Myllyniemi (2015, ss.5–6) nostaa arjenhallinnan kannalta keskeisimmäksi ajanhallinnan, talousosaamisen, sosiaaliset vuorovaikutustaidot, elämäntavat ja tulevaisuuden suunnitelmat.

Perheiden arjen hallintaan vaikuttavat perheen materiaaalisten ja inhimillisten voimavarojen määrää ja laatu (kts. 2.2 perheen voimavarat). Haverinen (2008) on huolissaan taitotiedon siirtymisestä sukupolvelta toiselle. Hän näkee, että lapsen ja nuoren osallistuminen kotitöihin vahvistaa kestävä perustaa itsenäiselle elämälle tulevaisuuden yhteiskunnassa. Kodit ja koulu vahvistavat yhdessä lasten arjen hallinta taitojen oppimista, joita nuori tarvitsee tulevaisuudessa selviytyäkseen arjessa. (Haverinen, 2008, ss.18–19.)

Arjen hallinta saattaa hetkeksi murtua perheessä sairauden, eron tai työttömyyden takia. Väestöliiton Arki Haltuun- hankkeessa havaittiin arjen hallinnan puutteita osassa perheistä ja tämä näkyi etenkin ajankäytön ja ennakoimiseen liittyvinä haasteina. Perheen arjesta puuttui säännöllinen rakenne ja rytmi ja tilanteet etenivät jäsentymättöminä. Vanhemmilla ei ollut resursseja perheensä arjen hallintaan, joka näkyi perheenjäsenten päivä- ja yörytmin puuttumisena, toimimattomana pyykkihuoltona, kodin likaisuutena, ihmissuhde ongelmina ja yhteys perheen ulkopuolisiin toimijoihin saattoi olla katkennut. (Korvela, Holmberg, Jonsson & Kupiainen, 2009 ss. 103–105; Heino, 2011, ss.23–30) Arjen hallinta edellyttää moninaisia taitoja toimia kotona, sillä kotona tehdään erilaisia kodin askareita ja sovitetaan yhteen eri perheenjäsenten tarpeita. Seu-

raavaksi tarkastelen, mitä taito on ja millaisia kotitaloustaitoja lapsiperheet tarvitsevat selvitäkseen arjessaan.

### 3.3 Kotitaloustaito osana arjen hallintaa

Taitamiseen sisältyy Heinilän (2007, s.61) mukaan aina myös tieto, sillä taito on tietoa yleisistä periaatteista. Myös Aristoteles korosti eroa taidon ja pelkän mekaanisen osaamisen välillä. Hän näki, että taito ei ole minkä tahansa annetun päämäärään toteuttamisvalmiutta. Aristoteleen mukaan taito edellyttää toiminnallisen osaamisen lisäksi tiedollista käsitystä niistä periaatteista, joihin taidon harjoittaminen perustuu. Kokemus luo perustan taidolle, joka syntyy, kun useista kokemuksiin kuuluvista huomioista muodostuu yksi samanlainen asioita koskeva yleiskäsitys. Kreikankielinen termi *tekhnē* tarkoittaa taitoa, jolla viitataan kaikenlaiseen käytännön osaamiseen, inhimilliseen toimintaan, tekemiseen ja valmistamiseen. (Sihvola, 1992, ss.12, 24.) Arjen konteksteissa taito voidaan nähdä Haverisen (2009, ss.4–5) mukaan myös ruumiillisuuteen perustuvana toimintana, jossa yhdistyvät toiminta ja kokemukset. Taitamiseen vaikuttavat älykkyyden, havainnon ja motoriikan tekijöiden lisäksi yksilön sosiaalinen ympäristö, muut ympäristötekijät sekä koko hänen persoona (Anttila, 2007, s.93).

Kodin askareet koskettavat jokaista ihmistä ja Heinilä (2007) näkeekin kotitaloustoiminnan yhdeksi elämän perusehdoista. Kotitaloustaito ilmenee kotitaloustoimintana, joka on ihmisyyden ilmentymä: tapa olla maailmassa ja kokea maailma. Kotitaloustoiminnan mahdollistaa kyky ja taito toimia. (Heinilä, 2007, ss.1–9, 71.) Se ei niinkään ilmene yksittäisessä kotityössä, vaan kotitaloustaito tukee arjessa selviämistä ja mahdollistaa mielekkään kotitaloustoiminnan. Heinilä kokee, että kotona tapahtuvalla toiminnalla ja sen välttämättömyydellä ja toistuvuuden luonteella on ihmiselle keskeinen merkitys. Kotitaloustaidon voi nähdä sellaisena tapana tehdä asioita, joka tähtää hyvän elämän kriteerien täyttymiseen. Kotitaloustaito pitää sisällään tunteen selviytymisestä, ja siihen liittyvät tavat ja tottumukset kertovat sen yhteisöllisestä ja sosiaalisesta luonteesta. Kotitaloustaito on kulttuurillinen ilmiö, sillä se kantaa kokemuksen taitojen tarpeellisuudesta ja välttämättömyydestä. Arjen kotitaloustoiminta on osoitus kotitaloustaidon olemassaolosta. (Heinilä, 2007, ss.68–69.)

Arjen keskeiseksi taidoksi Turkki (1999) näkee kyvyn ymmärtää kotitalouden kokonaisuutta sekä siihen sisältyvän toiminnan monitahoisuutta. Kotona tapahtuva kotitöiden tekeminen edellyttää tietoista toimintaa ja reflektiivistä ajattelua. Reflektiivinen ajattelu edistää mahdollisuutta nähdä kussakin tilanteessa useita ratkaisuvaihtoehtoja, mikä li-

sää joustavuutta arjessa selviytymiseen. Mitä selkeämmin me tiedostamme oman asemamme suhteessa erilaisiin ympäristöihin, sitä paremmin ja itseohjautuvammin me voimme ohjata omaa toimintaamme. (Turkki, 1999, ss.86, 107–112.) Turkki (2015) korostaa, että yhteiskunnan muutoksien myötä meidän tulee olla avoimia oppimaan uusia asioita ja tapoja tehdä niitä eri tavalla kuin aikaisemmin. Monimuotoisuus ja kollektiivinen voimien yhdistäminen auttaa aikaansaamaan lisää resursseja ja tapoja tehdä asioita myös kotona. (Turkki (2015, s.172.) Kodin arkipäivän käytännöt vaativat erilaisia teoreettisia ja käytännöllisiä tietoja ja taitoja sekä kognitiivista, sosiaalista, emotionaalista ja manuaalista osaamista (Tuomi-Gröhn, 2009, s.151). Myllykangas (2002) nostaa kotitalouden arjen hallinnan kannalta keskeisiksi taidoiksi yhteistyö- ja vuorovaikutustaidot, tiedonhankinta- ja käsittelytaidot sekä käytännöntyötaidot. Nämä taidot auttavat saavuttamaan tunteen arjen hallinnasta ja hyvästä elämästä. (Myllykangas, 2002, ss.160–163.)

Kotitaloustaidon ulottuvuuksina Heinilä (2007) näkee uudelleen tekemisen, emansipaation, yhteensovittamisen ja emotionaalisen kokemisen. Uudelleen tekeminen liittyy ajallisuuteen, joka tuo arkeen toiston, tavat ja rutiinit. Emansipaatio kotitaloustaitona ilmentää välineiden välineellisyyden tunnistamista ja niiden mukaista käyttämistä. Perheet voivat arjen ratkaisuisissa käyttää siivouspalveluja tai ostaa ”toisen tekemää” ruokaa. Emansipaation ulottuvuus mahdollistaa myös sen, että vanhemmalla on vapaus valita taidon käyttämättömyyden. Emotionaalinen kokeminen kuvaa ihmisen olemisen tapaa, jossa tunteet ja tuntemukset ymmärretään samana tunnekokemuksena. Kotitaloustoiminta pitää sisällään paljon näitä tunnekokemuksia, jotka ovat ihmisyyden kannalta tärkeitä. Ne rakentavat merkityksellisen elämän kokemusta, luovat jatkuvuuden tunnetta ja asettavat meidät osaksi kokemusyhteisöä eli yhteisöä, jossa voimme sanoitta jakaa yhteisen kokemuksen. Yhteensovittaminen perheen arjessa on joustamista, tilannettajua, neuvottelutaitoa sekä avoimuutta toiseudelle. Kotitaloustaito mahdollistaa myös kotitaloustoimintaan liittyvien arvojen ilmentämisen, sillä arvositoumukset ratkaisevat minkälaiseksi kotitaloustoiminta muodostuu. Kodin sisustus ja puhtaus heijastavat kulttuurisia ja yksilöllisiä arvoja, mutta arvot voivat olla erilaisia eri perheen jäsenillä, ja tämä edellyttää näiden arvojen yhteensovittamista. (Heinilä, 2007, ss.88–101, 170)

## 4 LAPSIPERHEIDEN ARJEN TUKEMINEN

Lapsiperheet tarvitsevat arkeensa tukea yhteiskunnalta. Lainsäädännön avulla pyritään tukemaan lapsiperheitä ja lisäämään heidän voimavarojaan. Lainsäädännön muutosten avulla pyritään huomioimaan yhteiskunnan muutokset ja vastaamaan niihin haasteisiin, joita perheet kokevat arjessa. Tutkimukseni keskittyy Marttaliiton Lapsiperheen tukeminen -toimintaan, jonka vuoksi avaan kolmannen sektorin roolia lapsiperheen tukemisessa.

### 4.1 Perhepoliittinen näkökulma

Lapsiperheen arkea reunustavat niin kulttuuriset kuin sosiopoliittiset rakenteet (Repo, 2009, s.25), ja sen vuoksi tarkastelen lyhyesti yhteiskunnan antamaa tukea lapsiperheille. Perheiden elämäntilanteet vaihtelevat, ja erilaiset perheet tarvitsevat erilaisia tukimuotoja. Jokainen perhe on erilainen omine voimavaroineen ja haasteineen, ja arki sujuu eri tavoin eri perheissä. Repo (2009, s.45) näkee, että perinteiset käsitykset äitien ja isien rooleista heijastuvat myös perhelainsäädäntöön sekä erilaiset perhe-elämää tukevat sosiaalipoliittiset järjestelmät vaikuttavat ymmärrykseen omasta osasta lapsiperheiden arjessa.

Yhteiskunnan tavoite on perhepolitiikan keinoin taata lapsille turvallinen kasvuympäristö sekä turvata vanhemmille aineelliset ja henkiset mahdollisuudet perheen perustamiseen ja lasten kasvattamiseen. Kuntien tehtävänä on tähän asti ollut Suomessa tuottaa laissa määriteltyt sosiaali- ja terveystaloudelliset palvelut, joiden avulla tuetaan perheitä kasvatus- ja elämäntilanteissa. Perhepolitiikka pitää sisällään taloudellisen tuen lapsiperheiden tulonsiirtoina, kuten lapsilisän, äitiysavustuksen, elatustuen, asumistuen ja oikeudet perhevapaisiin sekä perheille tarjottavat palvelut. Perheiden käytössä on eri elämäntilanteissa yhteiskunnan tarjoamat palvelut, kuten äitiys- ja lastenneuvolat, päivähoito, psykososiaalinen oppilas- ja opiskelijahuolto, koulu- ja opiskeluterveydenhuolto sekä nuorisotyö. Kunnan sosiaaliviranomaiset tukevat perhettä ja lasta lastensuojelun avohuollon tukitoimin, jos kasvuolot vaarantavat lapsen tai nuoren kehitystä tai terveyttä. Nykypäivinä on nähty tärkeänä tukea perhepolitiikan saralla lapsiperheitä työn ja perheen yhteensovittamisessa, vahvistaa isyyttä lisäämällä isien perhevapainen käyttöä sekä turvata lapsiperheiden toimeentulo. Lapsiperheiden elämään vaikuttavat perhepolitiikan lisäksi myös asunto-, ympäristö-, koulutus- ja työllisyyspolitiikan ratkaisut. (STM, 2013, ss.6–15, 27.)

Tällä hetkellä Suomessa hyvinvointi jakautuu eri väestöryhmien välillä epätasaisesti. Suurin osa lapsista voi hyvin, mutta samalla merkittävä osa lapsista voi huonosti ja yhä suurempi lapsijoukko kärsii vaikeutuvista ja kasautuvista ongelmista. Lasten arkiseen kasvu ympäristöön (kotiin, päivähoitoon ja kouluun) tehdyt leikkaukset vaarantavat monen lapsen hyvän kasvun mahdollisuudet. Eskola (2014) varoittaa välttämään 1990-luvun laman aikana tehtyjä virheitä, jolloin neuvolan perhevalmennusta karsittiin, neuvolan kotikäyntejä vähennettiin, lapsiperheiden kotipalvelut ajettiin alas, kouluterveydenhuoltoa ja oppilashuoltoa karsittiin ja näiden toimien yhtenä seurauksena luotiin tarve korjaaviin palveluihin. (Eskola, 2014, ss.3–4.) Hiilamo ym. (2010) näkevät, että pienituloiset eivät hyötäneet laman jälkeisestä talouskasvusta vaan 1990-luvun puolivälistä lähtien esimerkiksi tuloerot, köyhyys, lapsiköyhyys ja kodin ulkopuolelle sijoitettujen lasten määrä ovat jatkuvasti kasvaneet. Kunnat ovat toteuttaneet hyvinvointipalveluiden järjestämisvastuutaan eri tavoin, mikä on johtanut alueellisiin eroihin palveluiden tarjonnassa ja laadussa. (Hiilamo ym., 2010, s.5, 14.)

Lapsiperheiden tarpeiden ja palvelutodellisuuden kohtaamisen osalta on näkynyt pitkään esimerkiksi kotipalvelujen riittämättömyys, vaikka kotipalvelun merkitys elämäntilanteen helpottajana ja varhaisen tuen muotona on eri tutkimustenkin mukaan kiistaton. Perheiden suuri tarve saada konkreettista apua kotitöihin ja lasten hoitoon on näkynyt jo vuosia, mutta kunnallista kotiapua on saanut osa perheistä vasta, kun lapsesta on tullut lastensuojelun asiakas. Perhetyössä keskeiseksi työvälineeksi on noussut psykososiaalinen tuki, vaikka perheet haluaisivat työapua eikä vain keskustelijaa kotiin. (Heino, 2008, ss.28–36.)

Uuden sosiaalihuoltolain (1301/2014) avulla on pyritty vahvistamaan yleisten ehkäisevien perhepalvelujen osuutta. Perheitä on tarkoitettu ohjata varhaisen tuen piiriin ja vähentää siten korjaavien toimenpiteiden tarvetta. Lakiuudistuksen tavoitteena on lasten, nuorten ja perheiden palvelukokonaisuuden kehittäminen, jossa asiakkaan kokonaistilanne kartoitetaan ja palvelut järjestetään elämänkaarimallin mukaisesti. Sosiaalihuoltolain tarkoitus on edistää ja ylläpitää hyvinvointia ja sosiaalista turvallisuutta sillä, että ihmiset saavat tarpeenmukaiset, riittävät ja laadukkaat sosiaalipalvelut yhdenvertaisin perustein. (Lähteinen & Hämeen-Anttila, 2017, ss.65–67)

Kuten aikaisemmin todettiin, lapsiperheiden kotipalvelujen saatavuus on ollut heikko, jonka vuoksi perheille on tarjottu sen tilalta perhetyötä. Perhetyön tavoitteena on ollut edistää perheiden hyvinvointia ja ehkäistä lasten huostaanottojen tarvetta (Heino,



2008, ss.7–11). Hurtigin (2003, ss.25–27) mukaan perhetyöllä on pyritty pääsemään paremmin kiinni perheiden arkeen ja vastaamaan hyvinkin erilaisten perheiden tilanteisiin räätälöimällä työmuoto perheiden tarpeita vastaaviksi. Juurikkala ja Kaikko (2016, ss.4–6) näkevät, että perhetyön tavoitteena on tukea vanhemmuutta, ohjata ja tukea lastenhoidossa sekä kasvatuksessa, auttaa kodin arjen ja arkirutiinien hallinnassa, vahvistaa perheen toimintakykyä uusissa tilanteissa, ehkäistä syrjäytymistä sekä tukea vuorovaikutustaitoja ja auttaa laajentamaan sosiaalisia verkostoja. Perhetyötä tulee käyttää uuden lastensuojelulain mukaan vasta, kun perheessä on vakavia ongelmia. Sen sijaan kotipalvelun tulisi olla matalan kynnyksen palvelu. (Lähteinen & Hämeen-Anttila, 2017, ss.83–84.)

Kotipalvelua on järjestettävä uuden sosiaalihuoltolain (1301/2014) mukaan yleisenä perhepalveluna. Kotipalvelulla tarkoitetaan jokapäiväiseen elämään kuuluvien tehtävien ja toimintojen suorittamista ja niissä avustamista. Kotipalvelua tulee antaa perheille, jotka tarvitsevat apua toimintakykyä alentavan syyn tai erityisen perhe- tai elämäntilanteen perusteella kuten esimerkiksi sairauden, synnytyksen, uupumisen, vamman tai muun syyn vuoksi. Toimintamuodon tavoitteena on perheiden omien voimavarojen sekä arjen hallinnan vahvistaminen. Kotipalvelussa autetaan perhettä lastenhoidossa sekä kotitöissä ja palvelusisältö rakentuu perheiden tarpeiden mukaan. (Juurikkala & Kaikko, 2016, ss.7–10.) Kunnan on järjestettävä ne sosiaalihuollon palvelut, jotka lapsen asioista vastaava sosiaalityöntekijä arvioi välttämättömiksi lapsen terveyden tai kehityksen kannalta ja tämä koskee myös lapsia, jotka eivät ole lastensuojelun asiakkaita (Lähteinen & Hämeen-Anttila, 2017, s.84).

Yhteiskunnan säästötoimien vuoksi kolmannen sektorin, kansalaisjärjestöjen ja seurakuntien rooli on ollut tärkeää lapsiperheiden tukemisessa. Sosiaalityön resurssien puutteen vuoksi perhetyötä siirrettiin projektimuotoisiin perheen arkeen vietäviin hankkeisiin. Kolmannen sektorin ja järjestöjen vahva panos on auttanut kehittämään perheiden palveluja ja työmenetelmiä, mutta niistä on tehty harvoin seurantatutkimuksia tai tarkasteltu tuloksia asiakkaiden ja lasten näkökulmasta. (Korvela, Saarilahti & Sekki, 2014, s.196; Heino, 2008, ss.36, 60.) Salmi (2001, ss.107–117) kritisoi näiden eri projektien tieto- ja kokemus pääoman haihtumista niiden päätyttyä ja sitä, että projektit jäävät usein paikallisiksi ja lyhytkestoisiksi. Projekteilla on pyritty vastaamaan kuntalaisten palvelutarpeisiin ja täydentämään syntyneitä palveluaukkoja. Näitä hankkeita ja projekteja ovat toteuttaneet ja toteuttavat kunnat mutta usein myös valtakunnalliset lastensuojelujärjestöt. (Korkiakangas, 2005, s.10.)

Tämä tutkimus tuo esille Marttaliiton Lapsiperheiden tukeminen -toimintaan osallistuneiden perheiden kokemuksia tästä toiminnasta. Seuraavassa luvussa tarkastellaan kolmannen sektorin roolia perheiden arjen tukijana sekä sote- ja maakunta uudistuksen mahdollisia vaikutuksia kolmannen sektorin työlle.

## 4.2 Kolmannen sektorin tuki

Kolmannen sektorin toimijoilla on keskeinen rooli terveyden ja hyvinvoinnin edistämisessä, ongelmien ehkäisemisessä ja uusien toimintamallien kehittämisessä. Kolmannen sektorin toimijoita ovat kansalaisjärjestöt, säätiöt ja vapaaehtoinen kansalaistoiminta, jota tuetaan julkisilla ja STM Veikkauksen tuotoilla. Kansalaisjärjestöt toimivat sosiaalihuollossa sekä valtakunnallisesti, alueellisesti että paikallisesti ja toiminnalla on pitkät perinteet suomalaisessa yhteiskunnassa. Järjestöjen henkilöstössä on koulutettuja ammattilaisia ja vapaaehtoistyöntekijöitä ja näin yhdistyy ammatillinen sekä kokemuksellinen tieto. Järjestöjen etuna on mahdollisuus nostaa keskusteltaviksi ajankohtaisia kysymyksiä, kehittää uusia toimintatapoja ja reagoida nopeasti muuttuviin tilanteisiin. Tästä hyvänä esimerkkinä on Suomen Punaisen Ristin (SPR:n) rooli syksyn 2015 pakolaiskriisin käytännön työn hoitamisessa. (Kananoja, 2017, ss.97–101.)

Järjestötoiminta asettuu varsinaisen palvelutoiminnan ja kansalaistoiminnan välimaastoon ja parhaimmillaan järjestöt pystyvät tarjoamaan palvelukokonaisuuksia, sosiaalisia tiloja ja tilanteita eri elämäntilanteissa oleville ihmisille. Järjestöjen yhtenä tavoitteena on tukea arkipäivän selviytymistä esimerkiksi tarjoamalla tukea päihteettömään asumiseen, työllistymiseen, uusien ihmissuhteiden luomiseen sekä ammatilliseen ja vertais-tukeen. Palveluja kehitetään järjestöissä hyvinkin vaikeissa elämäntilanteissa eläville, räätälöimällä niitä käyttäjien yksilöllisiin tarpeisiin kuten esimerkiksi pitkäaikaissairaille, vammaisille, mielenterveysongelmallisille ja päihdeongelmallisille. Myös kriisikeskukset ja -puhelimet ovat järjestöjen tuottamia palveluja. Järjestöt luovat ihmisille osallistumisen ja vaikuttamisen kanavia palvelujen suunnitteluun, kehittämiseen ja toteuttamiseen. (Kananoja, 2017, ss.101–112.) Pihlaja (2010) näkee, että monien sosiaalialan järjestöjen toiminta on kehittynyt vuosikymmenien kuluessa erityisasiantuntemusta edellyttäväksi palvelujen tuottamiseksi ja myymiseksi. Järjestöt ovat voineet tuottaa palveluja julkisen sektorin kumppanina, yhteistyössä kunnan, Kelan tai valtion kanssa. Julkisen ja kolmannen sektorin yhteistyö on voinut perustua ostopalveluihin, maksusitoumuksiin, yhteistoimintasopimuksiin, palvelusetelijärjestelmään tai järjestölle maksettaviin avustuksiin. (Pihlaja, 2010, ss.32–33.)

Järjestöjen toimintaympäristö muuttuu sote-uudistusten myötä. Kunnat ovat aikaisemmin olleet vastuussa sosiaalipalvelujen järjestämisestä, mutta sote-uudistuksen myötä järjestämisestä ja pääosin tuottamisesta tulevat vastaamaan maakunnat ja niiden perustamat palvelulaitokset. Palvelulaitokset voisivat tehdä sopimuksia palvelujen tuottamisesta niin järjestöjen, yritysten, säätiöiden kuin yhtiöiden kanssa. (Lähteinen & Kaikko, 2017, ss.103–108.)

Hallitus näkee kolmannen sektorin tärkeän roolin hyvinvoinnin ja terveyden edistämisessä sekä sosiaali- ja terveyspalvelujen tuottamisessa uusissa maakunnissa. Yleishyödylliset yhteisöt koetaan merkittävänä kansalaisyhteiskunnan toimijoina kunnan ja maakunnan yhteistyökumppaneina ja asiakaslähtöisten palvelukokonaisuuksien tuottajina. Kolmannen sektorin järjestöjen kannattaa hallituksen mukaan yhtiöittää tai siirtää maksullinen ja mittava palvelutoiminta erilliseen yhdistykseen tai säätiöön. Tämä on hallituksen mielestä välttämätöntä, jos järjestö saa Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskuskuksen (STEA) avustuksia tai muita valtionavustuksia yleishyödylliseen toimintaan. Maakuntamallista huolimatta kunnat voivat jatkossakin tukea järjestöjä avustuksilla, tarjota järjestöille tiloja ja ohjata kuntalaisia järjestöjen toiminnan piiriin, kuten vertaistukeen tai vapaaehtoistoimintaa. Käsitteillä olevan maakuntalain tarkoitus on luoda edellytykset maakuntien ja järjestöjen yhteistyölle ja järjestöjen vaikuttamismahdollisuuksille. STEA:n Järjestö 2.0-avustusohjelman tavoite on tukea järjestöjen roolia ja toimijaverkostojen muodostumista maakunta- ja sote-uudistuksessa. (Järjestöjen asema sote- ja maakuntamallissa, 2018.)

### **4.3 Kotitalousneuvonta arjen tukena**

Nykypäivänä on tarjolla monenlaista neuvontaa, kuten ravitsemusneuvontaa, kotitalousneuvontaa, kuluttajaneuvontaa, velkaneuvontaa, terveysneuvontaa, perheneuvontaa, energianeuvontaa, metsäneuvontaa ja jäteneuvontaa. Westermarck (2011) näkee, että neuvonnan tavoitteena on auttaa asiakasta tekemään itselleen viisaita valintoja, niin että asiakas ottaa vastuu tekemistään valinnoistaan. Neuvoja voi tarjota vaihtoehtoja, suositella ratkaisuja ja antaa tietoja, joihin asiakas voi pohjata omat päätöksensä. Ihmiset ovat tulleet yhä epävarmemmiksi tekemään päätöksiä ja he tarvitsevat tähän neuvonnallista apua. (Westermarchin, 2011, ss.11, 31.) Neuvontatyön välineet ja kanavat ovat monipuolistuneet ja henkilökohtaisen ja paikan päällä tapahtuvan neuvonnan lisäksi voidaan hyödyntää monipuolisesti eri kanavia ja menetelmiä, kuten so-

siaalista mediaa ja vertaisryhmiä. Ihmiset voivat etsiä tietoa myös omatoimisesti esitteistä, oppaista, netistä, tietokannoista tai muista tarjolla olevista lähteistä.

Tämän tutkimuksen keskiössä on kotona tapahtuva kotitalousneuvonta. Kotitalousneuvonnalla onkin tuettu lapsiperheitä Suomessa jo yli sata vuotta. Ensimmäisen maailmansodan aikana Valtion kotitaloustoimikunta yhteistyössä maataloushallituksen ja kotitalousjärjestöjen kanssa ohjasivat väestöä omatoimisuuteen, kehittämään ruoanvalmistustaitoja sekä säästäväisyyteen elintarvikkeiden käytössä (Rautavirta, 2010, ss.40–44). Talvi- ja jatkosodan aikana kansanhuoltoministeriö hyödynsi järjestöjen tehokasta organisaatiota ja neuvontajärjestöt opastivat sotien välisenä aikana kotitalouksia (Heinonen, 1998, ss.292, 376–377). Rautavirran (2010) väitöskirjassa käy ilmi, että neuvonnan tavoitteena oli väestön sopeuttaminen säännöstelymääräyksiin, omatoimisen tuotannon edistämiseen, luonnonkasvien hyödyntämiseen, ruoanvalmistuksen suunnitelmallisuuteen ja säästäväisyyteen sekä elintarvikkeiden asianmukaiseen käsittelyyn. Neuvontamuotoja olivat henkilökohtainen neuvonta, erilaiset kurssit, kotikäynnit ja kilpailut. Tiedotusvälineitä hyödynnettiin neuvonnassa ja lehdissä sekä radiossa käsiteltiin kansanhuoltoon liittyviä kysymyksiä. (Rautavirta, 2010, ss.120–122, 158.)

Ensimmäisten neuvojen työ oli kodeissa tapahtuvaa kotitalousneuvontaa, jolloin puutarhanhoidon lisäksi neuvottiin ruoanlaittoa, kodinhoitoa ja käsitöitä. Valistustyössä siirryttiin vähitellen henkilökohtaisesta neuvonnasta joukkoneuvonnan suuntaan. Neuvojat olivat työssään lähellä ihmisten arkipäivän ongelmia ja näin pystyivät kehittämään toimintaansa koko ajan kentältä saadun palautteen ansiosta. (Heinonen, 1998, ss.376–377; Marttinen, 2011, s.15.) Yhteiskunta on näistä ajoista monella tapaa muuttunut, mutta edelleen on nähtävissä tarvetta kotitalousneuvonnalle. Perheet ovat erkaantuneet aiemmista sukupolvista ja muista perheistä, jonka vuoksi perheiden sosiaaliset turvaverkot ovat heikentyneet (Raijas, 2014, s.104). Kotitalousneuvonnalle on tarvetta nykypäivinä, sillä tiedot ja taidot eivät enää entiseen tapaan siirry perheissä seuraaville sukupolville.

Marttajärjestö on kotitalousneuvontaa antava puoluepoliittisesti sitoutumaton kansalaisjärjestö, joka perustettiin vuonna 1899. Päämäärä järjestöllä on pysynyt vuosikymmenestä toiseen samana, eli neuvonnan avulla halutaan edistää kotien ja perheiden hyvinvointia. Kotitalousneuvonnan muotoja ovat erilaiset kurssit, kotikäynnit, luennot, tietoisuuskäskyt sekä joukkoneuvonta erilaisissa tapahtumissa. Erityisryhmille (maahanmuuttajat, lapsiperheet, nuoret, mielenterveys- ja päihdekuntoutujat, vangit sekä yhdyskunta-seuraamustoimistojen asiakkaat) kohdistuva neuvonta toteutetaan usein yhdessä yh-

teistyökumppaneiden kanssa. Marttaliitto toteuttaa myös sähköistä neuvontaa netin, puhelimen, chatin, verkkoluentoja ja sosiaalisen median avulla. Marttaliitto on osa kolmannen sektorin palveluja, jotka omalla ratkaisukeskeisellä toiminnalla täydentävät alueiden monialaisia lapsiperhepalveluita (Marttinen, 2011, s.19; Juurikkala, 2018.)

## 5 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset

Tutkimus tarkastelee Marttaliiton Lapsiperheen arjen tukeminen -toimintaa, jonka tavoitteena on vahvistaa lapsiperheen arkea ja hyvinvointia. Tutkimuksessani pyrin selvittämään, miten kotitalousasiantuntijoiden tekemät kotikäynnit tukivat lapsiperheiden arjen sujumista niin perheiden itsensä kokemana kuin kotitalousasiantuntijoiden näkökulmasta. Olen myös kiinnostunut siitä, mitkä tekijät tukevat tai kuormittavat lapsiperheiden arkea. Teoreettinen viitekehyseni rakentui kirjallisuuteen ja tutkimuksiin arjesta, arjen hallinnasta, perheiden voimavaroista ja kotitaloustaidoista.

Lapsiperheen arki näyttäytyy tutkimuksessa toistuvana ja syklisenä (Korvela & Tuomi-Gröhn, 2014, ss.9–11). Siinä perheenjäsenet muokkaavat ja saavat aikaan ajallisesti ja paikallisesti yhdessä ja erikseen arkea niin materiaalisesti kuin sosiaalisesti. Arjen tuottaminen ei rajoitu myöskään näissä lapsiperheissä kotielämään, vaan siihen kuuluu lisäksi työ, eli se pitää sisällään kodin ja julkisen elämän alueet sekä niiden väliset suhteet. (Korvela & Tuomi-Gröhn, 2014, ss.9–17; Korvela, 2014, s.9.)

Tarkastelen tässä tutkimuksessa lapsiperheiden arjen hallintaa Haverisen (1996) tavoin perheen sisäisenä ja ulkoisena arjen hallintana. Tässä tutkimuksessa ulkoinen arjen hallinta tulee näkyviin käytännön taitoina eli kotona tehtävien töiden suorittamisena. Sisäinen arjen hallinta näyttäytyy tässä tutkimuksessa lapsiperheiden vastuun ottamisena, vanhempien omakohtaisena tunteena arjesta selviämisessä ja kyvystä elää tasapainoisessa suhteessa sekä itsensä että läheistensä kanssa. (Haverinen & Saarilahi, 2009, s.75; Haverinen, 1996, ss.103–106.)

Perheen erilaiset voimavarat mahdollistavat arjen sujumisen ja hyvinvoinnin toteutumisen. Usein lapsiperheet tarvitsevat omien voimavarojensa lisäksi yksityisen, julkisen ja kolmannen sektorin tukea, kuten tämänkin tutkimuksen perheet. (Raijas, 2014, s.107.) Nojaan tässä tutkimuksessa Raijaksen (2005) teoriaan, jossa perheiden voimavarat koostuvat inhimillisistä ja materiaalisista voimavaroista sekä aikaan liittyvistä tekijöistä. Perheen vanhemmat voivat vaikuttaa joidenkin voimavarojen määrään sekä käyttöön, mutta elämäntilanteiden vuoksi niiden hallittavuus saattaa vaihdella. (Raijas, 2005, ss.84–84; Raijas, 2014, s.106)

Arjen hallinta pitää sisällään myös kotitaloustaidon, joka mahdollistaa arjen sujumisen. Tässä tutkimuksessa tarkastelen kotitaloustaitoa lapsiperheiden käytännön taitojen li-

säksi Heinilän (2007) kotitaloustaidon ulottuvuuksien avulla, jotka koostuvat uudelleen tekemisestä, emansipaatiosta, yhteensovittamisesta ja emotionaalisesta kokemisesta. Uudelleen tekeminen näkyy tutkimuksessa toistona, tapoina ja rutiineina, jotka tuovat esille arjen ajallisuuden. Emansipaatio kotitaloustaitona ilmentää välineiden välineellisyiden tunnistamista ja niidenmukaista käyttämistä. Perheet voivat arjen ratkaisuisa käyttää siivouspalveluja tai ostaa ”toisen tekemää” ruokaa. Emansipaation ulottuvuus mahdollistaa myös sen, että vanhemmalla on vapaus valita taidon käyttämättömyys. Yhteensovittaminen tulee esille arjessa joustamisena, neuvottelutaitona ja toimintatapojen sekä arvojen yhteensovittamisena. Emotionaalinen kokeminen näkyy Heinilän mukaan kotitöiden yhdessä jakamisena ja tekemisenä puolison tai lasten kanssa. Pienimmät lapset usein seuraavat samassa tilassa katseellaan vanhempien tekemistä ja kaen näin emotionaalisen kokemuksen. (Heinilä, 2007, ss.78–124.)

Tutkimuskysymykset on jaoteltu erikseen perheille ja kotitalousasiantuntijoille. Perheille tehtävät tutkimuskysymykset on merkitty P1, P2 ja P3. Kotitalousasiantuntijoille tehdyt kysymykset on lueteltu KA1, KA2 ja KA3:

P1. Millaisia arjen hallintaa kuormittavia tekijöitä perheissä oli?

P2. Millaisia perheen arkea tukevia tekijöitä perheissä ilmeni?

P3. Miten arjen sujuvuus on lisääntynyt kotikäyntien myötä?

KA 1. Millaisia arjen hallintaa kuormittavia tekijöitä perheissä oli?

KA 2. Mitkä tekijät tukevat arkea lapsiperheissä?

KA 3. Miten kotitalousasiantuntijat tukevat kotikäyntien yhteydessä kotitaloustaitojen kehittymistä?

## 6 Tutkimuksen toteutus

Tämän tutkielman aineisto avaa asiakasperheiden kokemuksia sekä kotitalousasiantuntijoiden näkemyksiä lapsiperheiden arjesta ja Marttaliiton Lapsiperheen arjen tukeminen -toiminnasta. Tutkimuksen aineisto koostuu lapsiperheiden vanhempien sekä kotitalousasiantuntijoiden haastatteluista. Tutkimusosan aineisto kerättiin kotikäyntiperheille ja kotitalousasiantuntijoille suunnatuilla teemahaastatteluilla, ja aineisto analysoitiin teoriaohjaavan sisällönanalyysin avulla.

### 6.1 Marttojen kotikäyntitoiminnan esittely

Tässä tutkimuksessa tarkastellaan Marttaliiton Lapsiperheiden arjen tukeminen -toiminnan kotitalousasiantuntijoiden tekemiä kotikäyntejä. Toimintaa rahoittaa STM Veikkauksen tuotoilla, ja STEA (sosiaali- ja terveystieteiden avustuskeskus) koordinoi näitä rahoituksia. Lapsiperheiden arkea tuetaan järjestämällä eri puolilla Suomea käytännön arjen hallinnan kursseja ja luentoja vanhemmille sekä antamalla henkilökohtaista kotitalousneuvontaa perheiden kotona. Toiminnan tavoitteena on perheiden arjen hallinnan taitojen ja käytännön kotitaloustaitojen kehittyminen. Neuvonnan avulla halutaan lisätä perheiden luottamusta omaan osaamiseen sekä tarvittaessa kohentaa arki-rytmejä. (Juurikkala, 2018.)

Marttaliiton Lapsiperheiden arjen tukeminen -toiminnassa ensisijaisena kohderyhmänä ovat perheet, joissa nuorin lapsi on 7 kk–1,5 vuotta ja joilla on suuri tarve arjen hallinnan taitojen kehittämiseksi. Neuvontaa voidaan myös antaa perheille, joissa nuorin lapsi on alle 3-vuotias, mikäli perheen tilanne näin edellyttää. Neuvontaa antavat Martta-piirien koulutetut kotitalousasiantuntijat, jotka ovat koulutukseltaan usein kotitalousopettajia, restonomieja tai ravitsemusasiantuntijoita. Yhteistyökumppanit valitsevat ja ohjaavat toimintaan suurimman osan perheistä. Näitä yhteistyökumppaneita ovat esimerkiksi kunnan perhetyö, kuten lastensuojelu, neuvolat, eri perhekeskustoimijat, toinen lapsiperhetyötä tekevä järjestö tai seurakunnan diakoniatyö. (Juurikkala, 2018.)

Marttojen kotikäynnit täydentävät moniammatillista perhetyötä, ja ne on kohdennettu erityisesti perheille, jotka tarvitsevat henkilökohtaista neuvontaa. Kotikäyntien tavoitteena on tukea ja vahvistaa lapsiperheen arkea ja hyvinvointia niin, että perheen käytännön kotitaloustaidot, luottamus omaan osaamiseen ja arkirytmit kohentuvat. Kotikäynnin aiheena voi olla ravitsemus, ruoanlaitto, siivous, arjen rytmit, raha-asiat,



pyykinhuolto tai kodin järjestys. Käynnit suunnitellaan yhteistyössä perheen sekä yhteistyökumppaneiden kanssa ottaen huomioon perheiden tarpeet ja lähtökohdat. Kotitalousasiantuntija opastaa ja osallistaa perheenjäseniä tekemään itse, ja koko perhe otetaan toimintaan mukaan. Kotikäynnin aikana kotitalousasiantuntija yhdessä perheen vanhempien ja lasten kanssa konkreettisesti suorittaa kodin arjen askareita ruoan valmistuksesta puhtaanapitoon perheiden tarpeet huomioiden. Yksi kotikäynti kestää noin kolme tuntia, ja käyntikertojen määrä suunnitellaan perheen tarpeiden ja tilanteen mukaan. Toiminta on kuitenkin lyhytkestoista, ja käyntimäärä on yleensä 1–5 kertaa samaan perheeseen. Martat ovat myös aikaisemmin tehneet erilaisia hankkeita lapsiperheiden arjen tukemiseksi, kuten Vauva tulee kotiin!, Kotirumba rullaamaan sekä nykyistä toimintaa edeltänyt Lapsiperheiden arjen tukeminen -hanke. (Juurikkala, 2018.)

## 6.2 Tutkimuksen kohderyhmä

Tutkimuksessa kohderyhmänä ovat Marttaliiton Lapsiperheen arjen tukeminen -toimintaan osallistuneet kotikäyntiperheet sekä niitä tehneet Marttapiirien kotitalousasiantuntijat. Haastattelin tutkimukseeni neljää kotitalousasiantuntijaa eri puolelta Suomea. Asiantuntijahaastattelujen valinnan kriteerinä oli, että näillä kotitalousasiantuntijoilla on omaakohtainen kokemus perheille tehtävästä kotikäyntityöstä tämän Lapsiperheen arjen tukeminen -toiminnan aikana. Kotitalousasiantuntijat olivat iältään 45–60 vuotiaita, ja heillä oli työkokemusta Marttojen kotikäyntien osalta 5–10 vuotta. Kotitalousasiantuntijoilla oli joko restonomin, kotitalousteknikon tai ammatillisen kotitalousopettajan tutkinto. Heillä oli myös useita muita koulutuksia taustalla.

Tutkimuksen suunnitteluvaiheessa marraskuussa 2017 tapasin Marttaliiton koordinaattorin Katariina Juurikkalan. Keskustelimme tutkimuksen lähtökohdista ja aikataulusta. Sain koordinaattorilta kotikäyntejä tehneiden kotitalousasiantuntijoiden yhteystiedot ja olin heihin yhteydessä sähköpostitse. Alkuperäinen tavoitteeni oli haastatella tutkimukseen pelkästään Marttaliiton Lapsiperheen tukeminen -toimintaan osallistuneita kotikäyntiperheitä. Kävi kuitenkin ilmi keskusteluissa kotitalousasiantuntijoiden kanssa, että osa perheistä ei ole ehkä suostuvaisia osallistumaan tutkimukseen. Kotikäyntiperheiden elämäntilanteet olivat yleensä kriisiytyneet, ja tämän vuoksi usealla heistä ei kotitalousasiantuntijoiden mukaan ollut voimavaroja tai halukkuutta osallistua tutkimukseen. Tällöin päätin ottaa myös tutkimukseeni kotitalousasiantuntijoiden näkökulman. Olin yhteydessä eri puolilla Suomea työskenteleviin kotitalousasiantuntijoihin sähköpostitse, missä esittelin itseni, kerroin pro gradu -tutkielmastani sekä kysyin heidän suostumusta alustavasti haastatteluun sekä yhteyshenkilöksi perheiden rekrytoinnissa. Kotitalous-

asiantuntijat suostuivat haastateltavaksi, ja yhdessä tapauksessa kotitalousasiantuntija ohjasi minut toiselle asiantuntijalle, jolla oli kokemusta kotikäyntityöstä.

Kotitalousasiantuntijat ottivat perheisiin yhteyttä ja antoivat heille kirjeeni (liite 1) sekä kysyivät suostumusta haastatteluun. Kotitalousasiantuntijat ilmoittivat minulle yhteystiedot haastatteluun lupautuneista perheistä. Olin itse puhelimitse yhteydessä näihin perheisiin, ja sovimme haastatteluajat kesäkuulle 2018. Haastatteluihin osallistuneet perheet sain eri kotitalousasiantuntijoiden kotikäyntiperheistä, ja tämä ei edellyttänyt asiantuntijan osallistumista haastatteluun.

Tutkimukseen osallistuneet perheet sijoittuivat Itä- ja Keski-Suomen alueelle. Tutkimukseen osallistui viisi perhettä, joista haastattelin viittä äitiä ja yhtä isää. Haastateltavat olivat iältään 27–42-vuotiaita. Tutkimukseen osallistuvissa perheissä lasten iät vaihtelivat 6 kuukaudesta 10-vuotiaaseen. Perheet olivat kaikki kahden vanhemman perheitä. Perheistä yksi oli uusperhe, jossa edellisestä suhteesta saadut lapset asuivat isomman osan ajasta toisen vanhemman luona. Haastateltavista neljä oli työelämässä ja loput haastateltavista olivat kotona joko äitiyslomalla tai hoitovapaalla. Yksi haastateltavista teki hoitovapaalla osittain oman yrityksensä töitä.

### **6.3 Laadullinen kokemuksen tutkimus**

Tutkimusmenetelmäksi valitsin laadullisen tutkimusotteen, koska laadullisessa tutkimuksessa aineistoa käsitellään syvällisesti ja tutkittavaa asiaa pyritään tarkastelemaan mahdollisimman kokonaisvaltaisesti (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2004, s.152). Tässä tutkimuksessa en pyri tilastollisiin yleistyksiin vaan pyrin kuvaamaan ja ymmärtämään Marttaliiton Lapsiperheiden arjen tukeminen -toimintaa sekä lapsiperheiden että kotitalousasiantuntijoiden kokemuksia tästä tutkimuksesta (Tuomi & Sarajärvi, 2018, s.98). Denzin ja Lincolnin (2011, ss.1–19) mukaan laadullinen tutkimus korostaa kohteesta saatavaa sisältöä sekä tutkimusprosessia, jotka eivät ole kokeellisesti mitattavissa. Laadullisessa tutkimuksessa tutkimustehtävää ja aineistonkeruuta koskevat ratkaisut voivat muotoutua vähitellen tutkimuksen edetessä (Kiviniemi, 2013, s.70), kuten tässäkin tutkimuksessa tapahtui. Tavoitteeni oli aluksi tutkia kotitaloustaitojen kehittymistä kotikäyntien myötä. Haastatteluperheet sain alueelta, jossa he saivat pääsääntöisesti vain yhden Marttojen tekemän kotikäynnin eli vanhemman kokemusta taitojen kehittymistä en pystynyt yhden kerran perusteella syvällisemmin tutkimaan. Tutkin sen sijaan, kuinka vanhemmat ovat kokeneet käynnin auttaneen arjen sujuvoittamiseen.

Tutkimuskohteeni oli laadulliselle tutkimukselle tyypillisesti ennalta määrätty, sillä halusin tietää kotikäyntiperheiden sekä kotitalousasiantuntijoiden kokemuksia tästä tutkimudesta. Laadulliselle tutkimukselle on tyypillistä ymmärtää ja selittää tutkittavaa ilmiötä niin, että tutkittavien oma ääni ja näkökulmat tulevat esille. (Tuomo & Sarajärvi, 2018, s.33.) Ihminen on elämissä maailmansa kokijana, havainnoijana ja toimijana, ja todellisuus kohdataan ihmisen antamien merkitysten kautta (Ronkainen, Pehkonen, Lindblom-Ylänne & Paavilainen, 2013, ss.81–82).

Tutkijana olen kiinnostunut vanhempien kokemuksesta, miten he kokevat heidän arkielämänsä ja kuinka he kokevat kotikäynnit heidän perheensä tukena. Kokemukselle on luonteenomaista sen omakohtaisuus: kokemus on subjektiivinen, aikaan sidottu, paikallinen, ainutlaatuinen ja ruumiillinen (Hyyry, 2015, s.524). Suorsa (2011) muistuttaa, että kokemuksen tutkimuksessa on tärkeää säilyttää tutkittavan näkökulma tutkimusprosessin eri vaiheissa (Suorsa, 2011, ss.174–175).

Perttula (2009) määrittelee kokemuksen ymmärtäväksi ja merkityksellistyyväksi suhteeksi tajuavan ihmisen ja elämäntilanteen välillä. Kokemuksen rakenne on merkityssuhde, joka liittää subjektin ja objektin yhdeksi kokonaisuudeksi. Se sisältää subjektin sekä hänen tajunnallisen toimintansa että kohteen, johon tuo toiminta suuntautuu. (Perttula, 2009, ss.116–119.) Vanhempien kokemus avautuu minulle tutkijana heidän kuvauksen kautta. Kokemuksen empiirinen tutkimus edellyttää, että tutkimukseen osallistuvat vanhemmat kuvaavat kokemuksiaan haastattelutilanteessa esimerkiksi puheen avulla. Muita kokemuksen kuvaustapoja voisi olla tekstit, piirroksot, valokuvat, liike, eleet ja ilmeet. Kokemuksen tutkimuksen kuvaustavan ehtona on, että siihen on voitava palata ja tämä edellyttää tallennusmenetelmää, kuten tässä tutkimuksessa ääninauhoituksia. Ymmärtäminen toteutuu siinä tavassa, jolla tutkimuskohde tutkijalle näyttäytyy, ja tutkijan tulee tietoisesti tunnistaa tutkittavaan ilmiöön etukäteen liittämiään merkityssuhteita ja pyrittävä siirtämään ne mielessään syrjään tutkimuksen ajaksi. (Perttula, 2009, ss.140, 143, 145.)

Kokemus ei ole suoraan tulkittavissa haastateltavan puheesta, vaan tulkinta edellyttää monia valintoja haastattelijalta. Haastateltavan kerronnassa on samanaikaisesti monia funktioita, koska haastateltava ilmaisee, esittää, kommunikoi ja kokee samalla, kun kertoo kokemuksistaan. Haastattelutilanne vaikuttaa siihen, millaiseksi kertomus kokemuksesta muodostuu. (Aaltonen & Leimuräki, 2010, s.147.) Suvi Krok (2009), Maritta Törrönen (2012) ja Kai Alhanen (2014) ovat tehneet kokemuksen tutkimusta. Krokin (2009) tutkimus käsitteli sitä, miten lähiössä asuva vähävarainen yksinhuoltajaäiti ko-

kee arjen. Törrönen (2012) tarkasteli lapsiperheiden elämää ja koettua arjen hyvinvointia vanhempien kokemana. Alhanen (2014) selvitti lastensuojelujärjestelmän uhkatekijöitä koskevassa tutkimuksessa, kuinka asiakkaat, työntekijät sekä yhteistyötahot onnistuivat toimimaan järjestelmän tuottamissa rajoissa.

## 6.4 Haastattelututkimus

Tutkimusaineiston keräsin haastattelemalla kotikäyntiperheitä sekä kotitalousasiantuntijoita. Suurin osa laadullisesta tutkimuksesta perustuu haastatteluihin, sillä haastattelu ja käyttämällä tutkija pääsee sisälle ihmisten omiin kokemuksiin ja asenteisiin (Peräkylä & Ruusuvuori, 2011, s.529). Haastatteluiden etu on Tuomen ja Sarajärven (2018, ss.84,86) mukaan se, että pystytään valitsemaan ne henkilöt, joilla on kokemusta tutkitavasta ilmiöstä. Näiden haastattelujen avulla pyrin eläytymään vanhempien ja kotitalousasiantuntijoiden kokemuksiin ja näkemyksiin. Koenkin tutkimukseni olevan ymmärtävää tutkimusta, joka on tyypillistä laadulliselle tutkimukselle. (Tuomi & Sarajärvi, 2018, ss.33–34).

Pattonin (2002) toteaa laadullisen tutkimuksen alkavan oletuksesta, että tutkittavan näkökulma on merkittävä ja se on tiedettävissä. Haastattelussa tutkitaan asioita, joita ei voi suoraan havaita, kuten tunteita, ajatuksia ja aikeita. Tutkija ei voi myöskään havaita aikaisemmin tapahtuneita tilanteita eikä ihmisen tapaa organisoida maailmaa tai mitä merkityksiä he liittävät eri asioihin. Haastattelun avulla pystytään löytämään näitä ihmisen antamia merkityksiä ja kokemuksia. (Patton, 2002, ss.340–345.) Haastattelun vahvuutena pidän mahdollisuutta esittää tarkentavia ja aihetta syventäviä kysymyksiä haastateltavalle, sillä haastattelutilanne antaa mahdollisuuden ohjata kysymyksillä tutkijan kiinnostuksen suuntaan. Tutkimusta rikastuttaa myös haastateltavan mahdollisuus tuoda esille vapaammin itselle tärkeitä asioita tutkittavasta ilmiöstä. (Hirsjärvi & Hurme, 2014, ss.34–35). Tutkijan tulee huomioida se, että haastateltavat voivat puhua välillä instituutioiden, organisaatioiden, kulttuurien ja ryhmien edustajana sekä myös samalla ajattelevina, tuntevina ja kokevina yksilöinä (Rapley, 2004, s.29). Myös tapa puhua tai kuvata jotakin aihetta suhteutuu siihen, mikä kulttuurin jäsenenä toimimiselle on normaalia (Ruusuvuori, Nikander & Hyvärinen, 2010, s.28).

Valitsin aineiston hankintamenetelmäksi puolistrukturoidun teemahaastattelun, koska teemahaastattelussa voin edetä teoreettiseen viitekehykseen nojaavien teemojen ja niihin liittyvien tarkentavien kysymysten varassa. Toteutin haastattelut kotitalousasian-

tuntijoille ja perheille suunnittelemani teemahaastattelurunkojen (liitteet 2 ja 3) mukaisesti. Kotitalousasiantuntijoiden haastatteluteemat koskivat kotikäyntien merkitystä perheille, lapsiperheiden arjen haasteita ja voimavaroja, arjen hallintaa ja kotitaloustaitoja. Vanhemmille suunnatussa haastattelussa pääteemat olivat: lapsiperheiden arki ja sen haasteet, Marttojen tekemien kotikäyntien tuki ja kotitaloustaitojen merkitys perheen arjelle. Teemojen avulla pyrin löytämään merkityksellisiä vastauksia tutkimuksen tarkoituksen ja tutkimustehtävän mukaisesti. (Tuomi & Sarajärvi, 2018, ss.87–88.) Teemahaastattelun vahvuuksia ovat Pattonin (2002) mielestä se, että rajatun teemaaikseen käsittelyn lisäksi saadaan samalla esille haastateltavan yksilölliset näkemykset ja kokemukset (Patton, 2002, ss.342–343).

Pohdin aluksi myös käyntipäiväkirjan valitsemista toiseksi aineistonkeruumenetelmäksi. Tarkoitukseni oli pyytää perheitä analysoimaan joka käynnin jälkeen käyntipäiväkirjaansa kokemuksia kotikäynnistä ja pohtimaan omien kotitaloustaitojensa kehittymistä. Sain tutkimukseen osallistuneet perheet paikkakunnalta, jossa perheet saavat yleensä vain yhden Marttojen tekemän kotikäynnin eli käyntipäiväkirjan hyödyntäminen ei onnistunut tämän vuoksi. Uskon, että sen avulla olisin saanut monipuolisemman aineiston kasaan. Rapley (2004, s.29) kritisoikin pelkästään haastattelututkimuksen käyttöä, mikäli halutaan päästä sisälle ihmisten elämään ja eri tilanteisiin. Haastattelu on hänen mielestään kuitenkin taloudellinen sekä ekonominen keino päästä sisälle haastateltavien ajatuksiin ja tunteisiin.

Keräsin aineistoni vuoden 2018 helmi- ja kesäkuun aikana. Ennen ensimmäistä asiantuntijahaastattelua tein pilottihaastattelun toimintaterapeuttiystävälleni, joka työssään tekee kotikäyntejä asiakasperheisiinsä. Tässä ensimmäisessä haastattelussa harjoittelin haastattelun toteutusta sekä omaa rooliani haastattelutilanteessa. Aineistoni koostuu kuuden vanhemman ja neljän kotitalousasiantuntijan haastatteluista. Aloitin tietoisesti kotitalousasiantuntijoiden haastatteluilla, jotta ymmärtäisin ja saisin lisää tietoa kotikäyntitoimintaprosessista. Haastattelin kotitalousasiantuntijoista kahta helmikuussa 2018 sekä kahta kesäkuussa 2018. Kotitalousasiantuntijoiden valinta haastateltaviksi perustui heidän osallisuuteensa tutkimuksen kohteena olevassa prosessissa (Alastalo & Åkerman, 2010, s.373). Alastalo, Åkerman ja Vaittinen (2017, ss.214–218) näkevät asiantuntijahaastattelussa omat erityispiirteensä, sillä usein asiantuntijan tieto kohteesta on myös valtasuhteiden läpäisemää heidän edustaessaan tässä tapauksessa omaa työnantajaansa. Tutkimuksessani halusin haastatella asiantuntijoita heidän ammatillisen tehtävän sekä tutkimuksen kohteesta olevan tiedon vuoksi. Näiden kotitalousasiantuntijoiden haastattelujen avulla pääsin paremmin kiinni Lapsiperheen arjen tukeminen

-toimintaan ja ne auttoivat minua tekemään perheille suunnatun teemahaastattelurungon.

Haastatteluja ennen lähetin kotitalousasiantuntijoille sekä haastatteluun osallistuville vanhemmille teemahaastattelurungon sähköpostitse. Tätä myös toivottiin yhden kotitalousasiantuntijan osalta. Haastattelun onnistumisen kannalta Tuomi ja Sarajärvi (2018) suosittelevatkin, että haastateltavat voivat tutustua teemoihin etukäteen. Haastattelussa on tärkeintä saada mahdollisimman paljon tietoa halutusta asiasta ja tällöin on perusteltua antaa haastateltavalle tietoa haastattelun teemoista etukäteen. (Tuomi & Sarajärvi, 2018, ss.85,86.) Kaksi kotitalousasiantuntijaa oli tehnyt muistiinpanoja lähettämäni haastattelurunkoon.

Teemahaastattelun teemat täsmentyivät ja muuttivat muotoaan tutustuessani aiheittani koskettaviin artikkeleihin, kirjoihin, väitöskirjoihin sekä pro graduihin. Analyysin tueksi pidin tutkimuspäiväkirjaa, johon kirjasin haastattelun jälkeen omia havaintoja ja tunteita näistä haastatteluista. Minua kiinnosti tutkimukseen osallistuvien vanhempien kokemukset ja kotitalousasiantuntijoiden näkemykset kotikäynneistä sekä kummankin aineiston sisällä havaittavat yhteneväisyydet ja erot (Ruusuvuori ym., 2010, s.17). Tarkoitukseni ei ollut verrata suoraan näiden kahden haastatteluaineiston tuloksia keskenään, vaan kuvata, tulkita ja analysoida erikseen vanhempien kokemuksia ja kotitalousasiantuntijoiden näkemyksiä lapsiperheiden arjesta ja Marttojen kotikäyntitoiminnasta.

Kotitalousasiantuntijoiden haastattelut pidin heidän työpaikoillaan lukuun ottamatta yhtä, jonka tein viikonloppuna asiantuntijan ystävän luona. Tarkoituksemme oli tehdä haastattelu kahvilassa. Kahvila oli kuitenkin niin täynnä, että tämä olisi haitannut haastattelua ja vaikuttanut nauhoituksen laatuun. Kaikki asiantuntijoiden haastattelutilanteet olivat rauhallisia ja nauhoitukset onnistuivat hyvin. Kotitalousasiantuntijoiden kanssa meitä yhdisti kiinnostus perheiden arjen tukemiseen ja koin, että puhuimme samaa kieltä kotitalouden asiantuntijoina. Äänitin helmikuussa tekemäni haastattelut puhelimeeni sekä yliopistolta lainaan saadulla nauhurilla. Halusin varmistaa toisen laitteen käytöllä sen, että inhimillinen tai tekninen vika ei vaikuttaisi tallenteen käyttöön. Kesäkuussa tekemäni asiantuntijahaastattelut äänitin puhelimeni lisäksi tabletilla. Kokosin taulukon (taulukko 1) tutkimukseen osallistuneista kotitalousasiantuntijoista. Taulukossa on esitelty haastattelupaikka, -aika ja -kesto.

**Taulukko 1.** Haastatteluun osallistuneet kotitalousasiantuntijat

| Kotitalousasiantuntijat  | Haastattelupaikka ja aika    | Haastattelun kesto |
|--------------------------|------------------------------|--------------------|
| Kotitalousasiantuntija 1 | Työpaikalla helmikuu 2018    | 62 min             |
| Kotitalousasiantuntija 2 | Ystävän kotona helmikuu 2018 | 56 min             |
| Kotitalousasiantuntija 3 | Työpaikalla kesäkuu 2018     | 48 min             |
| Kotitalousasiantuntija 4 | Työpaikalla kesäkuu 2018     | 80 min             |

Haastattelin kuutta vanhempaa viidestä eri perheestä. Vanhempien haastattelut koostuivat viiden äidin ja yhden isä haastattelusta. Yhden haastattelun tein parihaastatteluna ja yhden vanhemman haastattelin puhelimitse. Aikataulujen yhteensovittamisen vuoksi yhden haastattelun suoritin puhelinhaastatteluna. Vanhempien haastattelut tein heidän kotonaan lukuun ottamatta tätä yhtä puhelinhaastattelua. Kotona tehdyistä haastatteluista kahdessa olivat lapset mukana samassa tilassa. Yhdessä haastattelussa perhetyöntekijä tuli vahtimaan lapsia haastattelun ajaksi ja toisessa haastattelussa menimme ulos perheen terassille tekemään haastattelun. Tällöin perheen isä vahti lasta. Lasten mukana olo ei vaikuttanut juuri lainkaan haastatteluihin, vaan äidit ja isä luontevasti huomioivat lapsia samaan aikaan ja hoitivat heitä haastattelun lomassa.

Kokosin taulukon (taulukko 2) tutkimukseen osallistuneista perheistä. Taulukossa on esitelty perheiden kokoonpano, lasten iät, haastatteluun osallistunut vanhempi, haastattelupaikka ja haastattelun kesto. Perheiden tunnistamisen vaikeuttamiseksi olen muuttanut lasten iät, mutta kuitenkin niin, ettei tämä vaikuta tutkimuksen asiasisältöön.

**Taulukko 2.** Haastatteluun osallistuneet perheet

| Perheet  | Haastateltava | Haastattelupaikka ja aika       | Haastattelun kesto |
|--|---------------|---------------------------------|--------------------|
| Perhe 1: Äiti, isä, lapset: 16 v, 14 v, 10 v, 5 v, 2 v ja 8 kk | Äiti          | Perheen kotona kesäkuu 2018     | 58 min             |
| Perhe 2: Äiti, isä, lapset: 4 v ja 1 v                         | Äiti ja isä   | Perheen kotona kesäkuu 2018     | 56                 |
| Perhe 3: Äiti, isä, lapset: 6 v, 4 v ja 2 v                    | Äiti          | Puhelinhaastattelu kesäkuu 2018 | 37 min             |
| Perhe 4: Äiti, isä, lapset: 10 v, 7 v, 6 v, 3 v ja 2 v         | Äiti          | Perheen kotona kesäkuu 2018     | 38 min.            |
| Perhe 5: Äiti, isä, lapsi: 6 kk                                | Äiti          | Perheen terassilla kesäkuu 2018 | 23 min             |

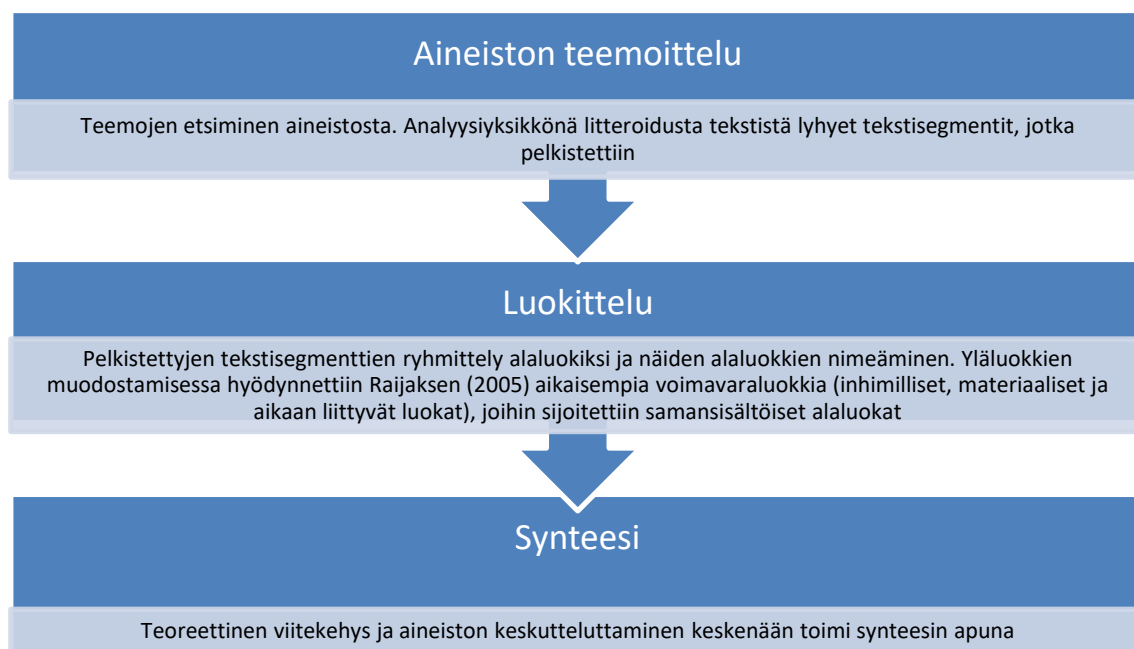
Tutkimukseni aineisto muodostui teemahaastatteluista puhtaaksi kirjoittamistani litteroiduista teksteistä. Äänitettyä aineistoa kertyi kotitalousasiantuntijoilta 4 h 4 min ja vanhempien haastatteluista 3 h 32 min sekä lopullinen litteroitu aineisto käsitti yhteensä 119 sivua tekstiä kirjasintyypillä Arial 11, jossa riviväli oli 1. Tein litteroinnin muutamia asioita lukuun ottamatta sanatarkasti. Jätin pois omat puhetta kannustavat myötäilyt vanhempien ja asiantuntijoiden puheen aikana sekä minun että vanhempien puheet lapsille, kun ne eivät kuuluneet haastatteluun. En myöskään litteroinut yhden haastattelun intiimiä henkilökohtaista sairauskertomusta siltä osin, kun asia ei liittynyt tutkimuksen teemoihin.

Vanhemmat kertoivat minulle avoimesti arjestaan, kun olin saanut luotua heihin luottamuksellisen vuorovaikutussuhteen. Koin, että yhteinen kokemus lapsiperheen arjesta yhdisti meitä haastateltavien kanssa. Haastattelijana minulla oli tavoite kerätä tietoa tietyistä teemoista ja ohjailinkin keskustelua teemojen mukaisesti. Välillä vaikeiden asioiden tullessa esiin tasapainoilin empaattisen kuuntelijan ja haastattelijan välillä (vrt. Korhakangas, 2005, s.19). Näen, että luottamuksellinen suhde on myös informaation saannin edellytys (Hirsjärvi & Hurme, 2014, s.98), ja empaattinen kuuntelu toi esille sen, että olen kiinnostunut haastateltavan sanomisista sekä kokemuksista.



## 6.5 Teoriaohjaava sisällönanalyysi

Analyysini tavoitteena oli luoda aineistoon selkeyttä ja tuoda esille vanhempien kokemuksia ja kotitalousasiantuntijoiden näkemyksiä lapsiperheiden arjesta ja Marttaliiton Lapsiperheiden arjen tukeminen -toiminnasta. Aineiston analyysimenetelmänä oli teoriaohjaava sisällönanalyysi, ja teoreettinen viitekehys ohjasi aineistoni hankintaa. Hyödynsin analyysissa tutkijoiden aikaisempia teorioita ja malleja, mutta en antanut niiden rajoittaa tarkasteluani. Analyysiani ohjasivat tutkimuskysymykset, jotka täsmentyivät tutkimuksen edetessä (Ruusuvuori ym. 2010, s.15). Keräsin aineiston teemahaastattelujen avulla. Nämä teemat auttoivat haastattelukysymysten laadinnassa mutta myös aineiston analysoinnissa (Hirsjärvi & Hurme, 2014, ss.141–142). Kuvio 1 havainnollistaa tutkimuksen sisällönanalyysin eri vaiheita.



**Kuvio 1.** Aineiston analyysin vaiheet

Aineiston analyysimenetelmänä käytin teoriaohjaavaa sisällönanalyysia, sillä se mahdollistaa tutkittavan ilmiön jäsentämisen, järjestämisen ja kuvailun tutkimusaineistostani. Analyysissa kiinnitin huomiota puheensisältöön ja analyysiyksilöksi muodostui yhden lauseen tai muutaman virkkeen pituisia tekstisegmenttejä. (Ruusuvuori & Nikander, 2017, ss.430,437; Ruusuvuori ym. 2010, s.24.) Teoreettinen viitekehys toimi aineistoa tarkasteltaessa ajatteluprosessini apuna. Tavoitteenani ei ollut teorian mu-

kanaolosta huolimatta testata tiettyä olemassa olevaa teoreettista mallia, vaan saada teoreettisesta viitekehyksestä käsin ideoita uudenlaiseen ajatteluun ja tulkintaan. (Tuomi & Sarajärvi, 2018, ss.132–135.) Tässä tutkimuksessa näkökulmani lähtökohtina ovat esittelemäni teoreettiset näkemykset, joita sovellan analyysissäni.

Aineiston litteroituani luin sen useampaan kertaan läpi ja tein siihen merkintöjä alleviivaten sekä kirjatun muistiinpanoja tekstistä nousseista ajatuksistani. Litteroinnin avulla pääsin dialogiin aineistoni kanssa ja aineisto muuttui helpommin hallitavaksi (Ruusuvuori ym. 2010, s.13). Tämän jälkeen jäsensin aineiston kokoamalla erikseen kotitalousasiantuntijoiden ja vanhempien haastattelut aineistokoosteiksi (Hirsjärvi & Hurme, 2014, ss.141–143). Haastattelun teemat toimivat tässä apuvälineenä (Ruusuvuori ym. 2010, s.24). Analyysiprosessin seuraava vaihe oli aineiston litteroinnin ja tutustumisen jälkeen pelkistäminen. Aineiston pelkistämisen yhteydessä etsin aineistokoosteista näitä tekstisegmenttejä eli ajatuskokonaisuuksia, jotka vastasivat tutkimuskysymyksiini. Ensimmäisenä etsin vanhempien kokemuksia arkea kuormittavista tekijöistä. Ajatuskokonaisuuksien pelkistäminen helpotti aineiston kokonaisuuden hallintaa ja pääkohdat nousivat helpommin esille (Maunula, 2014, ss.60–63). Tehtäväni oli pelkistämisen jälkeen saada aineistosta systemaattisesti läpikäyden irti se, mitä ei suorissa lainauksissa ollut läsnä. Koinkin, että aineisto alkoi kertoa omaa tarinaansa päästessäni siihen sisälle usean lukukerran jälkeen. (Ruusuvuoren ym. 2010, s.19.)

Teoreettisen viitekehyksen antama esiymmärrys ja tutkimuskysymykset ohjasivat aineiston analysointia. Teoriaohjaavassa analyysissä analysoinnin yläluokat tuodaan valmiina teoriasta (Tuomi & Sarajärvi, 2018, ss.132–135), ja yläluokat muodostuivatkin tutkimuksessa Raijaksen (2005) mukaisesti inhimillisiin, materiaalsiin ja aikaan liittyvien tekijöiden ympärille. Alaluokkien muodostamisessa hyödynsin soveltuvien osien Raijaksen (2005) ja Pelkosen (1994) aikaisempia tutkimuksia, mutta muodostin myös uusia aineistosta nousseita alaluokkia. Tutkimuksesta nousi uudeksi alaluokaksi esimerkiksi kotitaloustaito. Teoreettiset lähtökohdat olivat apuna analyysissä ja liitin abstrahoinnissa empiirisen aineiston teoreettisiin käsitteisiin. Pelkistämisen jälkeen muodostin ensin aineistosta löydetyille tuloksille alaluokkia. Muodostettuani aineistosta alaluokat sijoitin ne yläluokkiin, jotka olin muodostanut Raijaksen (2005) mukaan inhimillisiin, materiaalsiin ja aikaan perustuviin luokkiin. Luokittelu auttoi minua luomaan kehyksen, jonka varassa haastatteluaineistoa pystyi yksinkertaistamaan ja tiivistämään. Näin sain yksittäiset tekijät sisällytettyä yleisimpiin käsitteisiin ja luokittelun avulla pystyin myös vertailemaan eri haastattelujen osia toisiinsa. (Tuomi & Sarajärvi, 2018, ss.132–135; Hirsjärvi & Hurme, 2014, ss.147–148.) Luokittelu auttoi käymään aineiston järjestelmäl-

lisesti läpi tutkimusongelman, keskeisten käsitteiden ja lähtökohtien määrittämällä tavalla (Ruusuvuori ym., 2010, s.18). Yhdistäväksi tekijäksi nousi näille voimavaroja kuormittaville tekijöille se, että niillä kaikilla oli perheiden arjen hallintaa heikentävä vaikutus.

**Taulukko 3.** Analyysitaulukko soveltaen Tuomi & Sarajärveä (2018, s.132).

| Alkuperäisilmaus   | Pelkistetty ilmaus                             | Alaluokka                       | Yläluokka Raijaksen (2005) mukaan | Yhdistävä                         |
|--|--|---------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|
| <i>Se on, että kun se tuki-verkosto on niin vaillina-nainen, että se on kiven ja kannon alla että saat jonkun. (H2)</i>  | Lastenhoi-tajan tarve                          | Sosiaalisen tukiverkoston puute | Inhimilliset tekijät              | Arjen hallintaa heikentävä tekijä |
| <i>Sitten pitäis saada ar-jessa joskus semmoinen hetki, että voi vain keskittyä itseensä ja ottaa vain sen breikin. (H3)</i>   | Halu hen-gähtää ja keskittyä itseensä ar-jessa | Oman ajan puute                 | Aika                              | Arjen hallintaa heikentävä tekijä |
| <i>Siivous on jotenki sem-monen, mikä niinko on mun inhokki juttu ollu aina ja sen takia helposti pääsee ki just, että kaikki vaan kasaantuu ja sit sitä on niin paljon, että ei tiedä mitä tekis.(H5)</i>   | Tavarat kasaantuvat kotona                     | Kotitaloustai-to -organisointi  | Inhimilliset tekijät              | Arjen hallintaa heikentävä tekijä |
| <i>No ehkä se semmonen, ku on se akuutti tilanne ku tarvis ja silloin ku joku voi auttaa, niin mää ko-en että se on. Varmaan se on kaikilla ja semmo-nen ettei sen tarvi olla mitään ihmeellistä, kun joku on mukana kulke-massa. Ainakin itelle se henkinen tuki.(H4)</i> | Kuulluksi tuleminen                            | Sosiaaliset tukiverkostot       | Inhimilliset tekijät              | Arjen hallintaa tukeva tekijä     |

Taulukko 2 havainnollistaa analyysini eri vaiheita. Olen koonnut taulukkoon muutamia esimerkkejä siitä, kuinka pelkistäminen tapahtui ja miten luokittelu tämän jälkeen eteni. Salo (2015, s.166) kritisoi sisällönanalyysia siitä, että menetelmä tuottaa vain luokitteluja, ja hänen mielestään siinä ei ylltetä varsinaiseen analyysiin. Tutkimuksessa en pysähtynyt tähän luokitteluvaiheeseen vaan teoriaohjaavan sisällönanalyysin avulla liitin tulokset teoreettisiin näkökulmiin ja analysoin tuloksia teoreettiseen viitekehykseen nojaten. Aineiston analysoinnin avuksi ja selkiyttämiseksi tein vanhempien voimavaroja

kuormittavista ja tukevista tekijöistä kuvion (kuviot 2 ja 3) vanhempien aineiston pohjalta. Kotitalousasiantuntijoiden aineistosta muodostin kuvion (kuvio 4) voimavaroja kuormittavista tekijöistä, mutta jätin aineiston ohuuden vuoksi muodostamatta kuvioita voimavaroja tukevista tekijöistä.

## 7 Tutkimustulokset

Tässä luvussa esitän tutkimustulokset tutkimusongelmittain. Aloitan vastaamalla luvussa 7.1 vanhempien aineiston tutkimuskysymyksiin, jonka jälkeen luvussa 7.2 kuvaan kotitalousasiantuntijoiden aineiston tulokset niin ikään tutkimuskysymyksittäin. Tutkimuksen luotettavuutta lisätäkseni olen poiminut haastatteluaineistosta suoria lainauksia, jotka näkyvät kursivoituna tekstinä. Olen merkinnyt lainaukset vanhempien haastattelussa esimerkiksi (H1), joka tarkoittaa haastateltavaa 1. Kotitalousasiantuntijat olen kirjannut esimerkiksi (AH1), joka taas tarkoittaa asiantuntijahaastateltavaa 1.

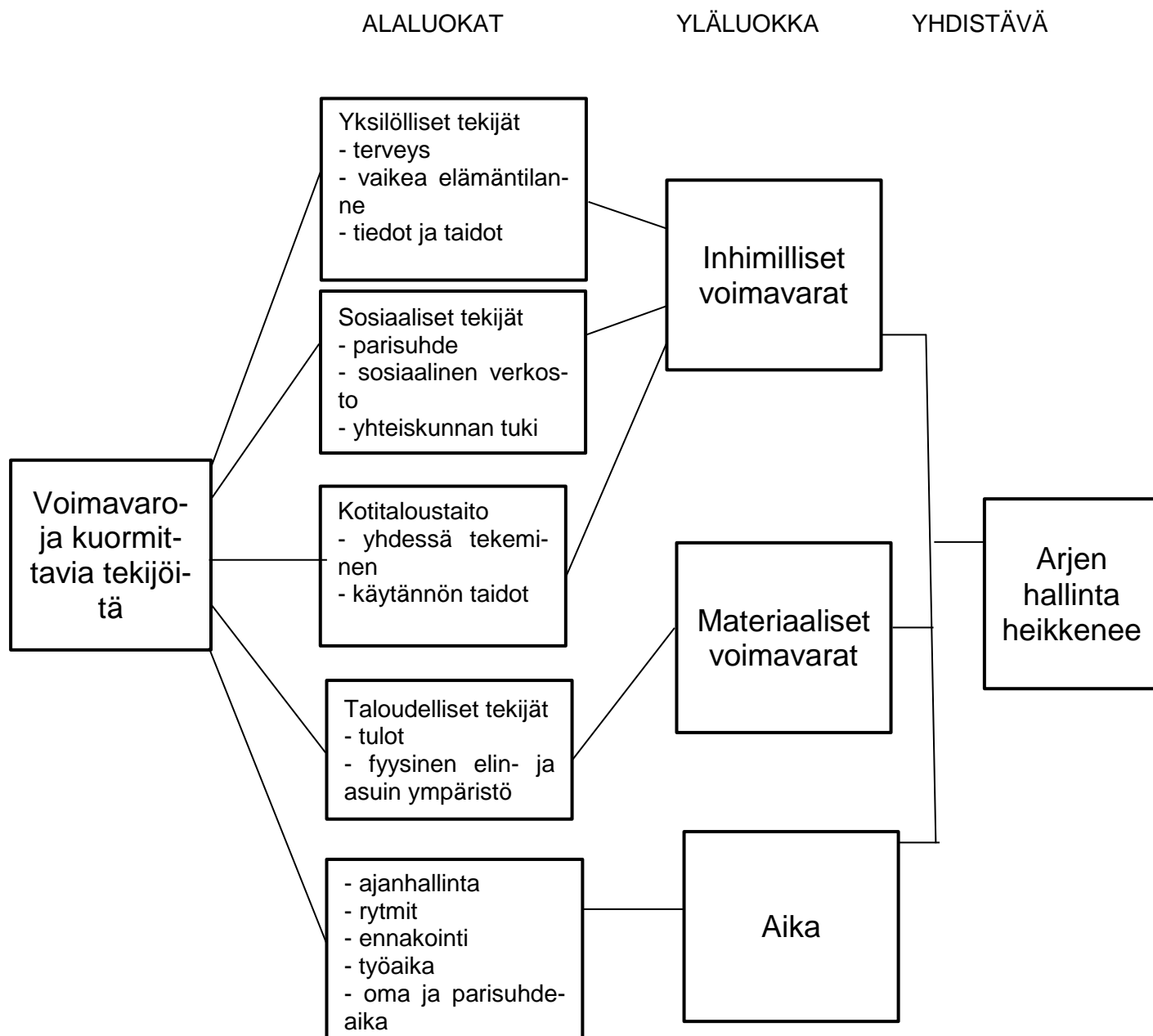
### 7.1 Vanhempien kokemus

Tässä luvussa vastaan vanhempien haastatteluaineiston tutkimuskysymyksiin. Tutkimuskysymykset ovat seuraavat: millaisia arjen hallintaa kuormittavia tekijöitä perheissä oli, millaisia perheen arkea tukevia tekijöitä perheissä ilmeni, ja miten arjen sujuvuus on lisääntynyt kotikäyntien myötä.

#### 7.1.1 Arkea kuormittavat tekijät

Lapsiperheen arjen rakentumiseen vaikuttavat ekologiset, sosiaaliset, taloudelliset ja kulttuurilliset elinolosuhteet. Perheen omat arvot ja asenteet vaikuttavat, kuinka he hyödyntävät olosuhteita ja omia henkilökohtaisia ominaisuuksia. (Raijas, 2014, ss.105, 121.) Sekki ja Korvela (2014, ss.211–214) näkevät, että myös yhteiskunnallinen tilanne ja sen muutokset vaikuttavan perheiden arkeen ja hyvinvointiin. Lapsiperhe-elämän vaiheeseen siirryttäessä perheet joutuvat pohtimaan uudelleen rahaan, kotitöihin ja ajankäyttöön liittyviä resursseja (Raija, 2014, ss.69, 74, 105, 129).

Kuviossa 2 esitän vanhempien aineistosta nousseita arkea kuormittavia tekijöitä. Muodostin alaluokkia aineistosta esiin nousseista voimavaroja kuormittavista tekijöistä. Nimesin nämä alaluokat hyödyntäen aikaisempia voimavaroista tehtyjä tutkimuksia, kuten Raijas (2005) ja Pelkonen (1994), mutta muodostin myös uusia aineistosta esiin nousseita alaluokkia. Nämä alaluokat sijoitin Raijaksen (2005) mukaan inhimillisiin, taloudellisiin ja aikaan liittyviin yläluokkiin. Näiden tekijöiden yhteisvaikutuksesta arjen hallinta heikkenee. Kuvion jälkeen avaan vanhempien kokemukseen perustuvia löytöjä.



**Kuvio 2.** Vanhempien kokemus voimavaroja kuormittavista tekijöistä.

Lapsiperheiden arkea haastoivat inhimillisiin ja materiaalsiin voimavaroihin sekä aikaan liittyvät tekijät. Inhimillisiin voimavaroihin liittyviä tekijöitä löytyi aineistoista niin yksilöllisiä kuin sosiaalisia tekijöitä. Yksilöllisiä tekijöitä olivat vanhempien ja lasten fyysinen ja psyykkinen terveys, vaikeat elämäntilanteet sekä yksilön tiedot ja taidot. Sosiaalisia kuormittavia tekijöitä nousi aineistosta esiin parisuhteen ongelmat, sosiaalisten tukiverkkojen puuttuminen sekä yhteiskunnan palveluverkostot ja niiden tuen puute. Kotitaloustaidot olisivat voineet myös kuulua yksilöllisiin tekijöihin, mutta nostin ne erikseen yhdeksi inhimillisistä tekijöistä, sillä kotitaloustaitoihin liittyy niin yksilöllisiä kuin sosiaa-

lisia tekijöitä. Seuraavaksi esitän vanhempien haastatteluaineistoon perustuvia tuloksia.

Terveydellisiä ongelmia oli ollut osalla tutkimukseen osallistuneilla vanhemmilla ja heidän lapsillaan. Nämä fyysiset ja psyykkiset sairaudet olivat vaikuttaneet arjen sujumiseen ja kuluttaneet voimavaroja perheiltä. Terveysongelmat olivat myös aiheuttaneet kuluja, ja tästä oli seurannut huoli rahojen riittävydestä. Lasten sairaudet vaikeuttivat joissakin perheissä arkea ja kuormittivat vanhempia. Muutamilla vanhemmilla oli fyysisiä sairauksia, jotka olivat hankaloittaneet konkreettisesti arjessa työskentelyä. Eräs vanhempi koki, että hän ei ollut saanut riittävää hoitoa sairauteensa ja oli itse joutunut hakemaan aktiivisesti tietoa ja apua. Oma sairastuminen koettiin vaikuttaneen myös läheisten hyvinvointiin ja jokapäiväisten askareiden suorittamiseen.

*Se on vienyt voimavaroja lasten hoidosta ja arjesta, kun joutuu tappelemaan hoidosta.* (H2)

Haastateltavien elämässä oli ollut vaikeita elämäntilanteita, jotka olivat kuormittaneet psyykkisiä voimavaroja. Psyykkisiä voimavaroja olivat vieneet oma vakava sairaus, läheisten kuolemat, parisuhdeongelmat, taloudelliset haasteet ja arjen pyörittämiseen liittyvät haasteet. Usealla haastateltavista oli diagnosoitu jonkinasteinen masennus. Myös unen ja levon puute olivat aiheuttaneet psyykkisiä vaivoja. Henkisiä voimavaroja kuluttivat myös kokemus kodin sotkuisuudesta ja omien voimavarojen ja ajan riittämättömyydestä niiden hoitamisessa. Vanhemman kokemus tiedon puutteesta tuli esille vain yhdessä haastattelussa voimavaroja kuluttavana tekijänä. Vanhempi oli uudessa elämäntilanteessa ollut neuvoton lasten hoidollisten asioiden kanssa. Etsiessään tietoa vauvan syntymän jälkeen vanhempi oli kokenut tiedon ristiriitaa eri lähteiden välillä.

*No ehkä eniten se miten ton vauvan kanssa pitää tehdä pukeutumisen suhteen, että millanen ilma ja mitä sille nyt laitetaan päälle tuota vai tuota vai tuota. Eli mie yli analysoin kyllä kaikkee ja just tuo ruokailun aloittaminen, mikä meillä oli kun täytti 6 kk, kun siitä on niin paljon ristiriitaista tietoa, että minkä mukaan lähetään. Mitä annat, kuinka paljon, milloin, miten useesti uusii makuja.* (H5)

Sosiaaliset voimavarat koostuivat tässä aineistossa parisuhteesta, sosiaalisista tukiverkostoista eli isovanhempien, sukulaisten ja muiden läheisten tuesta sekä yhteiskunnan palveluverkoston tuesta. Voimavaroja kuluttavina tekijöinä nähtiin parisuhteessa olevat ongelmat. Parisuhdetta kuormitti useassa perheessä yhteisen ajan puute. Perheessä aiheuttivat ristiriitoja myös kotitöiden jakaminen sekä erilaiset käsitykset kodin siisteydestä. Yksi haastateltavista koki, että yhteisistä asioista ei parisuhteessa pystytty

puhumaan eikä sopimaan. Tukiverkoston puute nousi esille useissa haastatteluissa, ja se vaikutti vanhempien kokemukseen arjen raskaudesta. Vanhemmat, jotka kertoivat saavansa vain vähän tukea puolisoiltaan, kokivat arjen raskaampana. Usea perhe koki olevansa ilman lähellä ja saatavilla olevaa sosiaalista tukiverkkoa. Sosiaalisen tukiverkon puuttuminen nähtiin johtuvan välimatkoista, menetyksistä ja keskinäisistä suhteista.

Haastateltavat vanhemmat olivat yhtä vasta vanhemmaksi tullutta lukuun ottamatta kokeneet tarvitsevansa yhteiskunnan palveluverkoston tukea. Näistä lapsiperheistä yhtä lukuun ottamatta kaikki olivat kokeneet yhteiskunnalta saamansa tuen riittämättömänä. Tässä oli nähtävissä selkeästi paikkakuntakohtainen ero, sillä kaikki tukeen tyytymättömät tulivat saman maakunnan alueelta. Suurin osa yhteiskunnalta tukea hakeneista koki, että sitä oli ollut vaikea saada. Vanhemmat olivat kokeneet myös, että he eivät olleet tulleet kuulluksi. Yksi vanhempi koki, että neuvolassa ei oltu osattu kuunnella tai nähdä heidän tilannettaan tarpeeksi aikaisin.

*Välillä se on tää nykypäivä, että saat taistella, että saat sen mitä pitäisi saada. (H2)*

*Joo, ollaan kysytty (neuvolasta), ruikutettu ja vaikka mitä. Meillä kävi kaksi kertaa perhetyöntekijä ja ne teki mukamas, joku sosiaalityöntekijä teki jonkun arvion, ettei heillä ole mitään tarjottavaa, koska lapsia he ei tuu hoitamaan eikä he tuu siivoamaan. Mä sit kysyin, että mitä te sitten teette? No me tullaan niinko tukemaan perhettä, no mää sanoin, että me tarvitaan just sellasta tukee. No siitä ei sitten tullut mitään. (H3)*

Eräs perhe oli yrittänyt saada kotiavun kautta helpotusta omaan arkeen, kun äidin sairaus oli vienyt voimavaroja ja jaksaminen oli ollut koetuksella. Sosiaalityöntekijä ei ollut puoltanut tätä, vaikka perheen tunteva terveydenhoitaja ja heillä käynyt perhetyöntekijä olivat nähneet perheen tarpeen tälle avulle. Vanhemmat olisivat toivoneet, että arviossa olisi kuunneltu niitä, joilla oli näkemys pidemmältä ajalta heidän elämäntilanteesta. Perhe oli sitten itse palkannut siivoajan, mutta se oli aiheuttanut taloudellisia ongelmia, sillä vanhemman sairauskin oli kuluttanut perheen varoja. Uuden sosiaalihuoltolain (1301/2014) mukaan kotipalvelu on järjestettävä yleisenä perhepalveluna ja sitä tulee antaa perheille, jotka tarvitsevat apua toimintakykyä alentavan syyn vuoksi (Juurikkala & Kaikko, 2016, ss.7–10).

Eräs vanhempi toi esille huolensa lasten hyvinvointiin liittyen, kun vanhemmat eivät saa tukea heidän uupuessa ja sairastaessa. Perheet kertoivat, että perhetyöntekijä hoiti lapsia yksin silloin, kun vanhemmalla oli esimerkiksi lääkärissä käyntiä.



*No siis lähinnä se oli sitä, että mää sain siivottua ja touhuttua täällä, jos tarvihti käydä jossain lääkärissä tai apteekissa. Niin hän sen aikaa hoiti lapsia vaikka hän ei periaatteessa ollu sillein lasten hoidon takia, että oisin saanu lähteä mihinkään. Mutta just tämmöiset lääkärin reissut oli hänen mielestä hyväksyttäviä, että hän voi sen aikaa olla tässä niinkö keskenään lasten kanssa. Mutta just se, että saat ite vähän hengähtää tai imuroida ja kerätä ne lelut lattialta tai jotaki. (H2)*

Toinen vanhempi kuvasi tunteita siitä, kun häneltä oli vähennetty perhetyön tukea vaikeassa elämäntilanteessa. Hän koki, että olisi tarvinnut lastenhoidollista apua arkeensa. Hän näki itsensä kuluna yhteiskunnalle.

Tutkimukseen osallistuneet vanhemmat näkivät käytännön kotitaloustaitonsa hyvinä yhtä haastateltavaa lukuun ottamatta. Monilapsisissa perheissä vanhemmat kokivat, että työ ei loppunut koskaan. Kotitöiden uudelleen tekeminen päivästä toiseen uuvutti etenkin tutkimukseen osallistuneita äitejä. Vanhemmat eivät välttämättä suunnitelleet kotitöiden tekoa, vaan töihin tartuttiin sitä mukaan, kun niitä ilmaantui. Osa äideistä koki siivoavansa koko ajan, mutta eivät siitä huolimatta olleet tyytyväisiä kodin siisteyteen. He olisivat halunneet, että kotona olisi siistiä ja tavarat olisivat omilla paikoillaan. Eräs äiti kuvasi kodin epäjärjestyksen aiheuttavan myös ”pään sisäistä” epäjärjestystä. Osalla äideistä olikin vaikea osata jakaa voimavarojaan ja levähtää välillä.

*Sitten kun itellä on vain iskostunut päähän se ajatus, että minut arvotetaan tai arvostellaan sen perusteella minkälainen koti minulla on. Se on jotenkin.. ..Minu mieskin, mikset sinä välillä voi käydä istumaan. Kun mie käyn istumaan, niin mie nään, että tuo on tekemättä ja tuo ja pyykkivuori siinä, ei muuta kun nouse ylös ja käy tekemään. (H1)*

Kaikki haastateltavat elivät parisuhteessa, mutta osa vanhemmista koki kotitöiden olevan suurimmalta osin heidän vastuullaan. Kotitöistä neuvottelu ei onnistunut jokaisessa perheessä ja etenkin äidit kokivat raskaana oman vastuunsa arjen sujumisesta. Korvelan ja Kaartin (2014) mukaan etenkin äidit kokevat usein uuvuttavina perhe-elämän ruuhkaiset vuodet, jolloin lapset ovat pieniä. Perheessä joudutaan sovittamaan usein yhteen työtä, opiskelua ja lasten hoitoa, ja perheen sisäisen työnjaon epätasa-arvoisuus voi väsyttää äidin. (Korvela & Kaarti, 2014, s.182.) Kotitöiden epätasainen jakautuminen aiheutti joissakin perheissä ristiriitoja puolisoitten välille sekä äitien uupumista. Eräs haastateltava kertoi sairaana ollessaan huomanneensa, miten arki ei pyörinytkään kodin hoidon osalta.

*Mun arki menee siihen noukkimiseen silloin kun ei toimi, koko ajan otat tavaran jostakin ja viet oikeille paikoille ja se on vielä hirveesti mun kontolla ja sen saaminen oikeesti silleen, että kaikki hoitaa oman osuutensa siitä. Se helpottaisi arkea suunnattomasti,*

*koska se vie kohtuuttomasti aikaa ja ku rupee imuroimaan, kun ensimmäinen tunti menee siinä kun kerää tavaroita. (H3)*

Arjen ennakkointi nähtiin näissä perheissä tärkeänä, vaikka se ei aina arjessa onnistunut. Eräs vanhempi näki haasteellisena ne tilanteet, kun ei ollut pystynyt ennakoimaan lasten nälkää. Tilanteet kärjistyivät silloin, kun hoidon jälkeen piti käydä asioilla ja kotona ei ollut valmista ruokaa. Useat haastateltavat kertoivat, että heillä ei ole tarkkoja suunnitelmia tai aikatauluja kotitöiden tekemiseen.

*Aika vähän, välillä sitten suunnittelee, että no jos tuntuu, että vähän joka paikassa alkaa olla kaaos, niin sitten mää. Sillain sitten teen semmosen suunnitelman tai jos on jotain erityisempää hommaa. Kyllä se aika menee ihan silleen, että nyt tuo tuosta ja... (H4)*

*No, emmä oikeastaan suunnittele vaan mä vain noukin ja yritän tyhjentää niitä tasoja, jota joku samaan aikaan täyttää. Koska ei sinne muuten mahdu mitään sinne tasolle. Kyl mä sen verran ennakoin, että tiedän mitä meillä on kotona kaapeissa, että onks ihan pakko käydä kaupassa vai saaks jotain loihdittua kaapin antimista. Kyl mä niinko silleen, mutta en mä niinko aattele, että huomenna kello kahdelta siivoan. (H3)*

Taloudellisten voimavarojen puute tuli esille suoraan vain yhdessä haastattelussa. Tulot olivat pienemmät toisen vanhemman ollessa hoitovapaalla, ja perheen taloudellisia voimavaroja oli myös mennyt sairauden hoitokuluihin. Tämän vuoksi haastateltava kertoi ruokakaupassa miettivänsä tarkasti, mitä he pystyivät ostamaan ruoaksi. Taloudellisia voimavaroja sivuttiin kuitenkin useimmissa haastatteluissa, kun vanhemmat kertoivat, miten taloudellisesti oli kannattavaa tehdä itse esimerkiksi vauvan ruoat.

Fyysinen elin- ja asuinympäristö nousi esille muutamassa haastattelussa. Yhdellä perheellä voimavaroja olivat vieneet asuinympäristössä naapurit, jotka aiheuttivat häiriötä. Yöunet olivat häiriintyneet, ja vuorotyöläisen oli ollut myös vaikea nukkua heidän vuokseen päivisin. Myös lasten vuoksi meluisat ja häiriköivät naapurit koettiin luovan turvatomuutta. Toinen vanhempi toi esille neuvolan sijainnin, koska sen läheisyydessä ei ollut parkkipaikkaa. Yhdessä haastattelussa tuli esille, että yhtenä perheen voimavaroja heikensi se, että oma koti oli mennyt käyttökieltoon. Fyysinen elinympäristö oli muuttunut hetkessä toiseksi, ja omaisuutta oli jouduttu laittamaan paljon pois.

Aika nousi näissä haastatteluissa kuitenkin yhdeksi arjen kuormittavimmista tekijöistä. Vanhemmat kuvasivat arkeaan yhtä haastateltavaa lukuun ottamatta kiireisenä, työn täyteisenä ja aikatauluihin sidottuna. Arkea rytmittivät niin lasten ruokailu- ja päiväuniajat kuin vanhempien työajat. Myös lasten kerhoihin kuljettaminen rytmitti joissakin perheissä kotona olevan vanhemman arkipäiviä. Kerhoon kuljettamiset tai neuvola-

käynnit muuttivat päivärytmiä ja saattoivat vaikuttaa heikentävästi vauvan päiväuniin. Eräs vanhemmista kuvasi arjen epätietoisuuden häiritsevän lapsia ja näki ennakoimattomuuden aiheuttavan turhaa säätämistä arkeen.

Perheiden ajankäyttöä säätelivät ansiotyöt (joko molempien vanhempien tai vain toisen), julkisten ja yksityisten palvelujen aikataulut sekä kotitaloustöihin ja lasten hoitoon käytetty aika. Epätyypillinen työaika kosketi suurinta osaa tutkimuksessa olleista perheistä. Työn ja perheen yhteensovittamista haastoivat joustamattomat työajat, pitkät työpäivät, vuorotyöt, ylityöt ja molempien työtä tekevien vanhempien aikatauluista sopiminen. Yhtä perhettä lukuun ottamatta muissa haastatelluista perheistä toinen vanhemmista teki vuorotyötä. Moni vanhempi koki vuorotyön kuormittavan arkea, ja sen kuvattiin välillä olevan raskasta sekä tekijälle kuin myös yksin kotona olevalle vanhemmalle. Tällöin myöskään kotitöiden tasapuolinen jakaminen ei ollut mahdollista. Vuorotöissä työajat saattoivat olla pitkiä, ja tällöin toinen vanhempi joutui yksin selviämään pienten lasten kanssa arjesta. Eräs haastateltava kertoi, että pitkien työvuorojen päätteeksi vapailta pyydettiin usein ylitöihin. Yhdessä perheessä molemmilla vanhemmilla oli joustamattomat työajat. Haastateltava kertoi, että töiden tiukkojen aikataulujen lisäksi hän joutui kuljettamaan joka aamu lapsia kahteen hoitopaikkaan. Aikataulussa pysymistä haastoi haastateltavissa lapsiperheissä lähtemiset.

*Aikataulut ja työn asettamat aikataulut, että milloin pitäis olla. Että näin pienten kanssa tulee kuitenkin niitä muuttujia, niinko esimerkiksi se kakka housuun tai jotain, kun on just silloin porukka lähössä, niin semmonen aikatauluista pitäminen, koska meillä on kummallakin semmoinen työ mistä ei voi minuuttiakaan myöhästyä. (AH 3)*

*Sitten just nuo aikataulut, että ne aina ne lähtemiset, että pääset ajoissa liikkeelle. Saada ne sujumaan hyvin, ne on ehkä semmoset, mitkä ovat koko ajan läsnä. (AH 4)*

Suurin osa haastateltavista koki etenkin aikaan liittyvää riittämättömyyttä kotona tehtävien töiden hoidossa. Erilaisia kodin töitä oli paljon, ja lasten vaatimusten yhtäaikaisuus hankaloitti niiden tekemistä. Suurempien kotitöiden aloittaminen ja suorittaminen koettiin perheissä hankalana, koska kotitöiden tekemiseen ei pystytty keskittymään yhtäjaksoisesti. Eräs tuore vanhempi kuvasi, miten lapsen syntymä oli muuttanut vanhempien ajankäyttöä. Pieni vauva vaati jatkuvaa läsnäoloa vanhemmilta. Suurin osa vanhemmista koki hankalaksi järjestää aikaa parisuhteelle, sillä perheillä ei ollut käytettävissä lastenhoitoapua lähipiiristä. Lähes kaikki vanhemmista toivoivat enemmän omaa aikaa ja lepoa hetkiä kotitöistä. Etenkin oman ajan puutteen nähtiin kuluttavan voimavaroja.

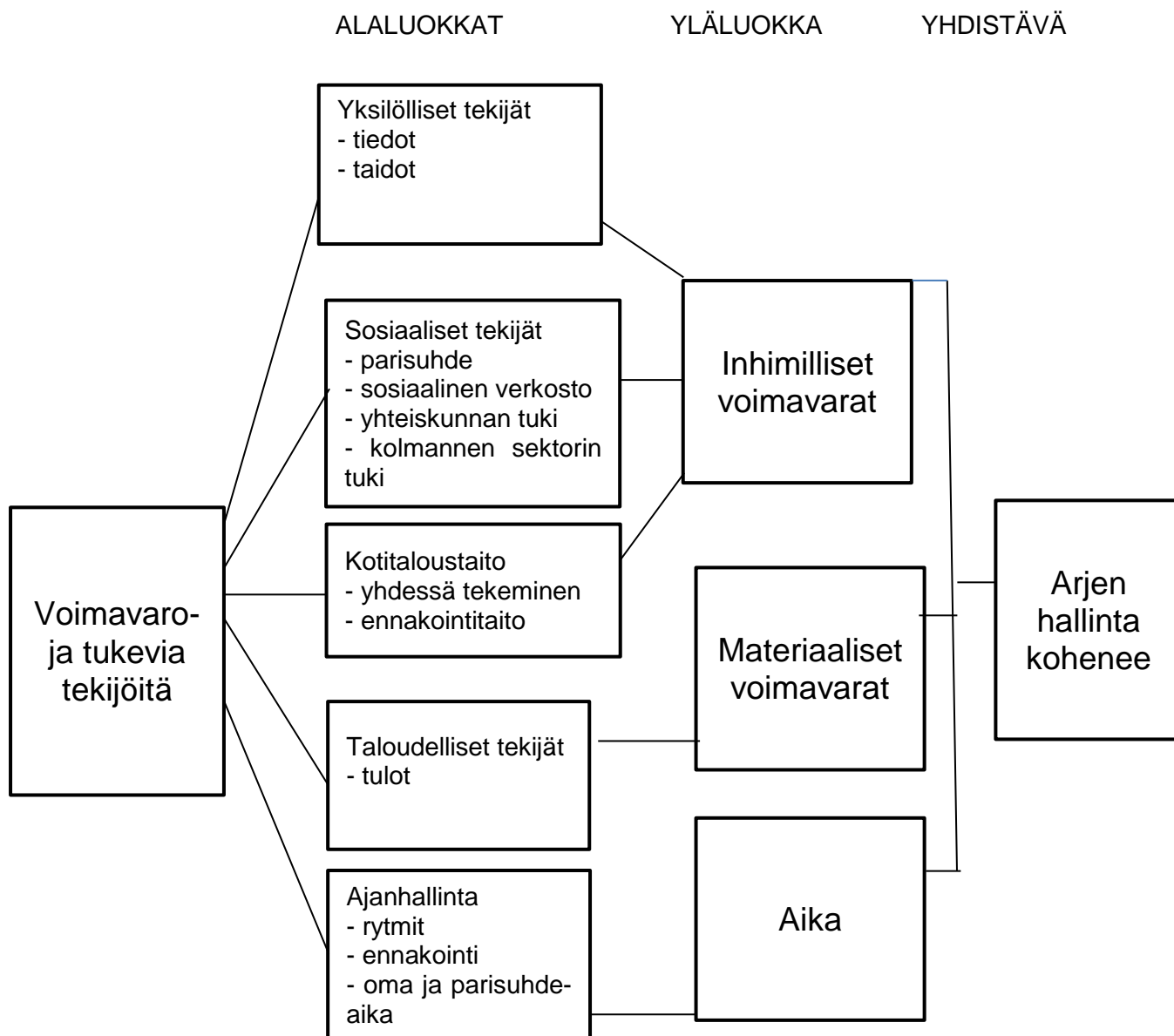
*Eipä sitä hirveesti tuu missään käytyä, että se on vähän silleen, että jos otat tämän pienimmän mukaan, niin mee vaan. Hän ku ei juo maitoa pullosta vielääkään. Hän sylkee ja valuttaa ne joka paikkaan, mutta nielase ei. (H1)*

Perhe muodostuu yksilöistä, joilla voi olla Raijaksen (2005) mukaan erilaisia intressejä ja näkemyksiä olemassa olevista resursseista ja niiden käytöstä. Perheen sisällä esiintyy yhtä aikaa lisäksi monenlaisia tarpeita ja haluja, ja nämä voivat olla ristiriidassa keskenään. (Raijas, 2005, s.73.)

### **7.1.2 Arkea tukevia tekijöitä**

Kuviossa 3 esitän vanhempien aineistosta nousseita arkea tukevia tekijöitä. Aineistosta löytyneistä voimavaroja tukevista tekijöistä muodostin alaluokkia. Nimesin nämä alaluokat hyödyntäen aikaisempia voimavaroista tehtyjä Raijaksen (2005) ja Pelkosen (1994) tutkimuksia, mutta muodostin myös uusia aineistosta löytyneitä alaluokkia. Nämä alaluokat sijoitin Raijaksen (2005) mukaan inhimillisiin, taloudellisiin ja aikaan liittyviin yläluokkiin. Näiden tekijöiden yhteisvaikutuksesta arjen hallinta kohenee.

Perheen voimavaroja tukevia tekijöitä arjessa olivat inhimilliset, materiaaliset ja ajalliset tekijät. Inhimilliset voimavarat pitivät sisällään niin yksilöllisiä kuin sosiaalisia tekijöitä. Yksilöllisiin voimavaroihin nousi aineistosta esiin tiedot ja taidot. Sosiaalisista tekijöistä nousi aineistosta esiin parisuhde, sosiaaliset tukiverkostot sekä yhteiskunnan palveluverkostot ja niiltä saatu tuki. Kotitaloustaidot olisivat voineet myös kuulua yksilöllisiin tekijöihin, mutta nostin ne erikseen yhdeksi inhimillisistä tekijöistä, sillä niihin liittyy niin yksilöllisiä kuin sosiaalisia tekijöitä. Materiaalisista voimavaroista nousi aineistosta esiin ainoastaan taloudellisia tekijöitä. Kuvion 3 avulla avaan vanhempien kokemuksia arkea tukevista tekijöistä. Kuvion jälkeen kuvailen vanhempien kokemukseen perustuvia löytöjä.



**Kuvio 3.** Vanhempien kokemus arkea tukevista tekijöistä.

Inhimilliset voimavarat koostuivat sosiaalisista ja yksilöllisistä tekijöistä sekä kotitaloustaidoista. Suurin osa vanhemmista koki, että heidän tietonsa ja taitonsa arjen toimimisen kannalta olivat riittävät. Sosiaalisia voimavaratekijöitä nousi vanhempien aineistosta esille sosiaaliset tukiverkostot, parisuhde ja perheiden yhteiskunnalta saama tuki. Osa vanhemmista koki saavansa jokin verran tukea läheisiltä haastavissa tilanteissa. Ystävät ja heidän vertaistukensa olivat tärkeä voimavara yhdelle haastateltavalle. Hän koki ystävien kanssa vietettyjen ajan tuovan iloa arkeen, mikä auttoi selviytymään vaikeista hetkistä. Eräs haastateltavista koki sosiaaliset tukiverkostot vahvoiksi, sillä vau-

van kasvaessa hän tiesi saavansa isovanhemmilta tukea ja apua lastenhoitoon. Heidän perheen voimavarana hän näki myös sen, että puoliso kantoi yhtä lailla vastuunsa lasten hoidosta.

*Meitä on kaks niin saa aina vaihdeltua. Jatkossa mie tiijän, että meillä on innokkaat ja osallistuvat isovanhemmat. (H5)*

Eräs haastateltava näki parisuhteen heidän arkensa voimavarana ja kertoi heidän pysyvän käsittelemään asioita keskustelemalla ja neuvottelemalla. Arjessa he pyrkivät etsimään illasta aikaa parisuhteelleen. Toinen vanhempi kertoi heidän välillä pääsevän viikonloppuvapaalle kahdestaan, mutta tämä oli hankaloitunut perheen kasvaessa. Tässä perheessä oli näkyvissä myös roolivastavuoroisuutta vanhemmilla. He pyrkivät jakamaan lasten aamutoimista huolehtimista ja näiden kuljettamista päivähoitoon.

Yhteiskunnan palveluverkosto ja sen kautta saatu tuki nousi muutamissa haastatteluisissa arjen yhdeksi voimavaraksi. Haastateltavista lapsiperheistä osa oli saanut tukea perhetyöstä. Yhteiskunnan tuen saatavuudessa oli tässä tutkimuksessa nähtävillä eroavaisuuksia kuntien välillä. Keski-Suomessa asuva vanhempi oli kokenut tulleen heti kuulluksi ja saaneensa konkreettista ja välitöntä tukea tilanteeseensa.

*...antoi mulle sen numeron, että soita tonne, kun tuntu niin paljon että seinät kaatuu päälle. Mää sitten soitin sinne ja sanoin, että nyt tuntuu tältä. Se sanoi, että ei mittään, että kuulostaa että nyt tarvit vähän apua. Ja seuraavalla viikolla sain sitten sen. (H4)*

Muutama vanhempi kertoi saaneensa perhetyöstä apua lapsen ongelmiin. Vanhemmat olivat kokeneet näiden perhetyöntekijöiden käyntien samalla tukeneen heidän omaa jaksamistaan. Yksi haastateltava oli saanut palvelusetelillä lapsille hoitajan lääkärissä käyntinsä ajaksi. Toinen perhe oli saanut lapsiperheiden tilapäistä kotiapua äidin terveydellisten toimenpiteiden estäessä fyysisen työskentelyn. Eräs haastateltava näki seurakunnan parhaimpana avun tarjoajana ja auttajana. Heidän perheensä oli saanut seurakunnalta hetkellistä lastenhoitoapua. Seurakunnan kerhot nähtiin kotihoidossa oleville lapsille tärkeinä sosiaalisten taitojen opettelun paikkoina. Äidit kertoivat, että he olivat kerhojen kautta saaneet itsekkin seuraa. Yhtä tuoretta vanhempaa lukuun ottamatta kaikkien perheiden lapset olivat käyneet näissä seurakunnan järjestämissä kerhoissa.

Kotitaloustaidot nähtiin yhtenä tärkeänä edellytyksenä arjen sujumiselle. Kotitaloustaidot olivat karttuneet vanhemmille eri tavoin. Suurin osa vanhemmista kertoi, että taidot olivat siirtyneet luontevasti sukupolvelta toiselle lapsuudenkodista kotitöiden tekemisen

yhteydessä. Useissa haastatteluissa tuli esille taitojen siirtyminen äideiltä tyttärille. Kotitaloustaitojen nähtiin kehittyneen myös koulun kotitaloustuntien ansiosta, ja sieltä saatuja reseptejä käytettiin omassa kodissa. Muutama haastateltava kertoi opiskelujen ja työn kartuttaneen lisää lapsuudenkodissa opittuja kotitaloustaitoja. Yksi vanhempi koki oppineensa puolisolta kotitaloustaitoja, sillä kotona hänen ei ollut tarvinnut tehdä kotitöitä. Lapsuudenkodin sekä opiskelu- ja työelämän myötä karttuneet kotitaloustaidot olivat antaneet itseluottamusta omaan osaamiseen perhe-elämässä.

Omat lapsuuden kokemukset taitojen oppimisesta nähtiin hyvänä, ja perheet halusivat opettaa näitä taitoja myös omille lapsilleen. Vanhemmat kannustivat omia lapsia osallistumaan kotitöiden tekemiseen ja pyrkivät ottamaan lapsia mukaan siivoamaan, pyyhkäämään ja ruoanvalmistukseen. Moni vanhempi näki pienempien lasten tehtävänä olevan omien lelujen keräämisen.

*Sitte mää huomaan, että ko ne saattaa haluta vaikka pyyhkiä pölyjä ja sit kun ne saa tehdä, niin ne on ihan mielissään. Mää oon pyrkiny siihen, että sittenko ette enää jaksa, niin ei enempää ettei siitä tuu semmosta liian suuri taaakka paitsi lelujen kerääminen on, että sen mää vaadin että tehdään homma loppuun asti. Jos siitä aina laistaa, niin musta tuntuu että oma auktorteetti on, jos aina sannoo että no niin siivotkaapa lelut, mutta sitä ei tarvi tehdä loppuun asti. Siitä mää piän kyllä kiinni. (H4)*

Yhtä vanhempaa lukuun ottamatta haastateltavat kokivat omaavansa hyvät käytännön kotitaloustaidot, mutta niiden käyttäminen lapsiperheen arjessa, ei aina onnistunut vanhempien toivomalla tavalla. Haastateltavat näkivät, että arjen sujumisen kannalta tuli osata tehdä monta asiaa samaan aikaan. Lähes kaikilla haastateltavilla vanhemmillä oli hyvät suunnittelu- ja organisointitaidot. He saivat kotityöt tehtyä ja pitivät kodin sellaisessa kunnossa, että siellä oli hygieenistä ja turvallista asua. Tämä mahdollistui ennakkointitaidon vuoksi, eli vanhemmat esimerkiksi suunnittelivat isommat työnsä hetkiin, kun nuorimmainen oli päiväunilla. Aulanko (2009, s.89) näkee, että kotitöissä käytetään runsaasti aineetonta materiaalia, kuten tehtävän edellyttämää tietoa. Hänen mukaansa osa tiedosta on opittua ja osa vaikeammin määriteltävissä olevaa hiljaista tietoa.

Yhdessä tekeminen ja molempien vanhempien osallistuminen kodin ja lasten hoitamiseen tuki arkea muutamissa perheissä. Kahdessa perheessä kotitöille oli muodostunut omat roolit molemmille puolisoille. Yhdessä perheessä äidin vastuulla oli isommat viikkosiivoukset, mutta mies osallistui siivoukseen ja lasten hoitamiseen. Heidän perheessä oli nähtävissä roolivastavuoroisuutta, kun toinen vanhemmista oli töissä. Yhdessä perheessä arjessa oli täysin tasa-arvoista tekemistä, mikä ilmeni haastateltavan koke-

muksena tasapuolisesta työnjaosta. Perheen suunnitelmissa oli myös, että isä jää vanhempainvapaalle äidin lähtiessä töihin.

Taloudellisia voimavaratekijöitä toi esille vain yksi haastateltavista. Hän kertoi taloudellisen tilanteen olevan heillä vakaa. Taloudelliset tekijät nousivat esille positiivisena asiana haastatteluissa silloin, kun vanhemmat kertoivat säästävänsä rahaa tekemällä itse vauvan soseet. He olivat saaneet kotikäyntien myötä intoa ja varmuutta tehdä vauvan ruoat itse.

*Kui nopeesti se tulee sitten siinä samalla, muffinivuokiin mie oon tehny hänelle makaronilaatikkoo. Laittanut pakkaseen. Äkkiä sen pakkasesta sulattaa ja kuinka paljon halvempaaakin se on. (H1)*

*Mää tein sitten monesti, että tein isommat annokset ja pakastin pakkaseen. Niin ei kaupassa tarvinu sitten hirveitä summia maksaa rahaa. Ne on todella arvokkaita, siihen nähen, että mitä pystyt ite kotona tekemään. (H2)*

Aikaan liittyvistä voimavaroista nousi esille vanhempien haastatteluaineistosta rytmiin, ennakointiin sekä omaan ja parisuhdeaikaan liittyviä asioita. Arjen hallintaa tukevana tekijänä nähtiin päivärytmi. Arjen rytmillä ja rutiineilla oli suuri merkitys vanhempien mielestä siihen, että arki sujui jouhevasti. Vanhemmat pyrkivät suunnittelemaan päivän menemiset niin, että rytmit pysyivät pääpiirteittäin lapsilla samanlaisina. Yksi vanhempi kertoi, että he rytmittävät matkatkin lasten uni- ja ruokailurytmien mukaan. Vanhemmat eivät kokeneet päivärytmiä ahdistavana. Rytmien koettiin helpottavan myös päiväohjelman rakentamista, ja sen avulla pyrittiin ennakoimaan lasten tarpeita. Eräs vanhempi kuvasi perheen arjen rytmit tarkasti, mutta piti tärkeänä myös sitä, ettei niihin kangistuisi liikaa.

*On se helpottavaa, että on semmoinen rytmi, tavallaan ei tarvi koko ajan miettiä mitä nyt tekis niinku... Kyllä ja kun lähtee jonnekin, niin tietää varautua siihen ja siihen aikaan on oltava kotona, että kun on ruoka. On se semmoinen helpottava asia, on se ohjenuora minkä mukaan mennään. (H2)*

Rytmin lisäksi ennakointitaitoa pidettiin tärkeänä, ja se nousi keskeiseksi asiaksi lähes kaikissa vanhempien haastatteluissa. Lapsille pyrittiin kertomaan ennakoon heitä koskevat asiat ja tapahtumat. Eräs vanhempi näki ennakkoinnin mahdollistuvan paremmin silloin, kun kalenteriin oli merkitty hyvissä ajoin työajat sekä muutkin tulevat tapahtumat.

*No ennakointi ainakin monessa asiassa, jos sää pystyt ite ennakoimaan tilanteen, niin se helpottaa. Se ei kyllä aina todellakaan toteudu, mutta mihin mää niinko pyrin. (H4)*



*Ennakoinnin, se että on tavallaan ennalta mietitty, että mitä tehdään silloin ja silloin kun tää tilanne tulee et on niinku valmiiks hoitaja tyyliin. Jos on päällekkäiset työt. Että ollaan valmiiksi hyvissä ajoin liikkeellä. (H2)*

Omaa aikaa pidettiin tärkeänä voimavarana haastatteluissa ja harrastusten nähtiinkin tuovan arkeen tätä kaivattua omaa aikaa. Eräs pienen vauvan vanhempi kertoi käyttävänsä lapsen päiväuniajan tekemällä itselleen mieluisia asioita. Toinen vanhempi koki saavansa omaa aikaa ja voimaa arkeen lähtiessään lenkille lasten kanssa. Hän iloitsi vanhimman lapsen pyörällä ajamaan oppimisen taidosta, sillä se oli mahdollistanut lenkkeilyn hänen työntäessä vaunuissa pienempiä. Voimavarana yhdessä haastattelussa tuli esille vanhempien yhteinen kahdenkeskinen aika illalla.

*Just se oma aika ja ne harrastukset, missä voi käydä. Onhan ne semmosia tärkeitä irtiottoja arkeen. (H6)*

### **7.1.3 Marttojen kotikäyntien merkitys**

Tässä luvussa avaan vanhempien kokemuksia Marttojen kotikäynneistä ja miten arjen sujuvuus on näiden käyntien myötä lisääntynyt. Vanhemmat eivät olleet aikaisemmin kuulleet Marttaliiton kotikäyntitoiminnasta, joten heillä ei ollut tarkkaa käsitystä tai odotuksia tästä tukimuodosta. Perheet olivat saaneet kotikäynneistä tietoa joko neuvolan terveydenhoitajalta, perhetyöntekijältä, perhetyön ilmoitustaululta tai seurakunnan työntekijältä perhekerhossa. Kotikäyntiä ennen kotitalousasiantuntija oli puhelimitse kysynyt perheiden tarpeita ja toiveita. Tämän vanhemmat kokivat hyväksi käytännöksi. Perheillä oli erilaisia toiveita ja tavoitteita, kuten esimerkiksi yhdellä perheellä oli halu keskustella vauvan ruokailusta sekä halu oppia tekemään vauvalle ruokaa. Toisessa perheessä vanhempi halusi saada apua perheen vaatehuollon organisointiin ja myös toiset kädet avuksi tämän suorittamiseen. Kolme haastateltavaa halusi vinkkejä lapsen syömisongelmiin. Yksi näistä vanhemmista toivoi lisäksi myös saavansa vinkkejä kasvisruokien valmistukseen. Vain yksi vanhempi kertoi, että hänellä ei ollut tavoitteita koskien kotitalousasiantuntijan käyntiä.

Perheet olivat kokeneet luontevana kotitalousasiantuntijan heidän kotonaan. He näkivät kotikäyntien mahdollistavan, että voitiin keskittyä perheessä oleviin ongelmakohtiin. Henkilökohtaisen neuvonnan etuna nähtiin mahdollisuus kysyä ja pohtia yhdessä eri osa-alueita koskevia asioita. Asiantuntijan antamat materiaalit nousivat usean vastaajan toimesta esille, ja ne koettiin ajankohtaisiksi ja tarpeellisiksi. Materiaalit nähtiin

myös hyvänä keskusteluvälineenä perheelle, jos molemmat osapuolet eivät olleet paikalla kotikäynnin aikana.

Ruokaa ja ravitsemusta koskevia asioita nousi määrällisesti eniten esille haastatteluisissa. Vanhemmat kertoivat saaneensa hyviä vinkkejä ruoanlaittoon, kuten uusia lasten kanssa toteutettavia reseptejä ja nopeasti valmistettavia, arkea helpottavia ruokia. Perheet kuvasivat, miten he olivat saaneet lisää rohkeutta kokeilla uusia tapoja tehdä ruokia. Arkea oli helpottanut asiantuntijan vinkit, joiden myötä oli opittu jatkojalostamaan kaikille samaa ruokaa. Osa vanhemmista kertoi myös, että perheen ruokavalio oli monipuolistunut kotikäyntien vaikutuksesta. Eräs vanhempi kertoi saaneensa uusia kasvisruokaa koskevia reseptejä ja innostusta kokeilla niitä. Toinen vanhempi oli käynnin myötä päättänyt tehdä perheelle ruokalistan, jonka uskoi lisäävän arjen sujuvuutta. Yksi vanhempi koki, että olisi tarvinnut useamman kotitalousasiantuntijan käynnin oman osaamisen vahvistumiseksi ja ruoan valmistustaitojen kehittymiseksi.

Useissa haastatteluissa tuli esille lastenruokien valmistus, mihin oli saatu varmuutta kotikäyntien myötä. Vanhemmat olivat aloittaneet tekemään vauvalle soseita itse ja näkivät tämän taloudellisesti kannattavaksi. Eräs vanhempi kertoi syömistilanteiden perheessä rauhoittuneen, kun hän oli asiantuntijan kannustamana siirtynyt pienimmän kanssa sormiruokailuun. Toinen vanhempi oli saanut ajankohtaista tietoa vauvan ruokailusta ja miten tämä käytännössä tapahtuu. Lasten syömisongelmat nousivat esille muutamassa haastattelussa. Kotitalousasiantuntija oli pitänyt makukoulua näille lapsille, mikä oli auttanut etenkin yhden lapsen syömisongelman kanssa. Toinen haastateltava taas näki, että asiaan oli tullut parannusta, mutta olisi vielä tarvinnut kotitalousasiantuntijan käynnin työn jatkamiseksi.

*Just silloin ku x oli pieni, niin siihen ruoka-asiaan ite sai sitä pontta, että jaksoi alkaa tekemään ku ite tekee mielessä asiat liian suuriksi ja tuli itelle, että eihän tämä ollutkaan niin vaikeaa. (H2)*

*Ainakin meillä on ollu tavoitteena se, että x oppii syömään paremmin ja onhan se parantunut huomattavasti. Ennen niitä käyntiä, kun keskusteltiin muksuopista ja tästä, niin oli tosi hankalaa ja hänen syömiset oli todella vaikeita ja sitten oli tavoite, että päästäs niinkö vähän helpommalla arjessa jatkossa. Nyt tää on muuttunut, että käyttäydytään normaalisti, että x saattaa jopa sanoa äiti milloin syyvään, että on nälkä. (H2)*

*..mie oon ihan innostunut tästä, että etsin reseptejä, näitä sormiruoka reseptejä, että hei lapset nukkuu, nyt mie voin kokeilla sitä. Tavallaan sitä kautta on tullu vielä enemmän, että on ruvennut kyseenalaistamaan sitä, että et mitä kaikkea kannattaa syödä ja mitä kaikkea kannattaa välttää, sen kautta on tullut monipuolisemmaksi meidän perheen muutenkin tää meidä ruokailu. Ehkä se oli sen Martan käynti siin kohtaan se avas*

*silmiä jollain tavalla, oon kyl tosi kiitollinen, että hää kävi meillä, et kyllä siitä oli oikeasti todella paljon kaikkea uutta. Et miten voi tehdä monta asiaa samal kertaa. (H1)*

Puhtaanapitoon ja vaatehuoltoon liittyvät asiat olivat olleet esillä kotikäynneillä. Näihin osa-alueisiin oli myös saatu uusia vinkkejä. Yhdessä perheessä oli arjen sujuvuutta lisätty organisoimalla vaatteiden säilytysjärjestelmät uusiksi. Vanhempi kuvasi, miten he olivat yhdessä asiantuntijan kanssa suunnitelleet ja konkreettisesti muuttaneet vaatteiden säilytyspaikkoja niin, että arki sujui helpommin. Yhdessä perheessä oli otettu käyttöön eriväriset lajittelukorit värilliselle ja valkoiselle pyykille, ja näin pyykinhuoltoa oli lajittelun osalta saatu helpotettua. Vanhemmat näkivät, että puhtaanapidossa heidän taitonsa olivat riittävät, mutta ongelmana oli joissakin perheissä ajan tai voimavarojen puute. Vain yksi vanhempi totesi heidän siivonneen ennen satunnaisesti, jolloin tavarat olivat alkaneet kasaantua ympäri kotia. Kotikäynnin myötä he olivat vanhemman mukaan ryhdistäytyneet ja siivosivat nykyään säännöllisesti.

Kotikäynneillä oli keskusteltu asiantuntijan kanssa lasten mukaan ottamisesta kotitöihin. Muutamissa perheissä oli aloitettu tarrajärjestelmä kannustamaan lapsia osallistumaan. Haastatteluissa kävi ilmi, että lapset olivat tästä innoissaan ja halusivat mielellään tehdä kotitöitä. Vanhemmat kokivat tärkeänä, että lapset oli huomioitu käynneillä ja heidät oli otettu mukaan yhdessä tekemiseen.

Vanhemmat kertoivat, että konkreettinen yhdessä tekeminen oli vahvistanut heidän luottamusta omaan tekemiseen. Kotitalousasiantuntijalta saadut neuvot ja vinkit olivat helpottaneet arjen sujumista ja rohkeus kokeilla uusia asioita oli vanhempien mielestä lisääntynyt. Eräs haastateltava näki merkittävänä yhteiset keskustelut kotitalousasiantuntijan kanssa. Hän kertoi saaneensa asiantuntijalta konkreettisia vinkkejä siitä, mistä he voisivat saada apua perheen jaksamiseen. Vanhempi koki tulleen kuulluksi, ja tämä oli ollut hänelle voimaannuttava kokemus.

*No joo ehkä mää en oo ehkä kotona kokenut sitä, että mää en niinkö osaisi. Se ei ehkä ole sitä vaan, että on ollut niin yksin niiden asioiden kanssa ja saanut vastustusta joka asiasta. Ehkä enemmän semmoinen ja uusia ideoita niitähän saa aina ihmisiltä. (H3)*

*...hää oli semmonen tosi voisko sanoa tosi äidillinen, tosi lempeästi ja hyvin neuvo. Ettei ollu sillein, että tämä tehdään näin, että osasi kyllä asiansa ja osas lähestyä ihmistä niinku ihmisenä. Että hän on luonteeltaan tosi ihana, että niinko sanoinkin hän on semmonen tosi positiivinen ihminen, että antoi itellekkin semmosen piristysruiskeen ku hää kävi. (H2)*

Perheet olivat kiitollisia saamastaan tuesta Marttojen kotikäyntitoiminnan kautta ja eivät tuoneet esille ongelmia käyntien suhteen. Yhdessä haastattelussa toivottiin lisää aikaa, jotta ehtisi tarvittaessa käydä enemmän läpi kodin siivousasioita. Toinen vanhempi toivoi kahta peräkkäistä käyntipäivää, jotta voisi jatkaa seuraavana päivänä siitä, mihin oli jääty. Kotikäyntien kehitysideat koskivat lähinnä käyntimäärien lisäämistä. Näiden kotikäyntien toivottiin tavoittavan omien ystäväperheiden lisäksi kaikki apua tarvitsevat lapsiperheet.

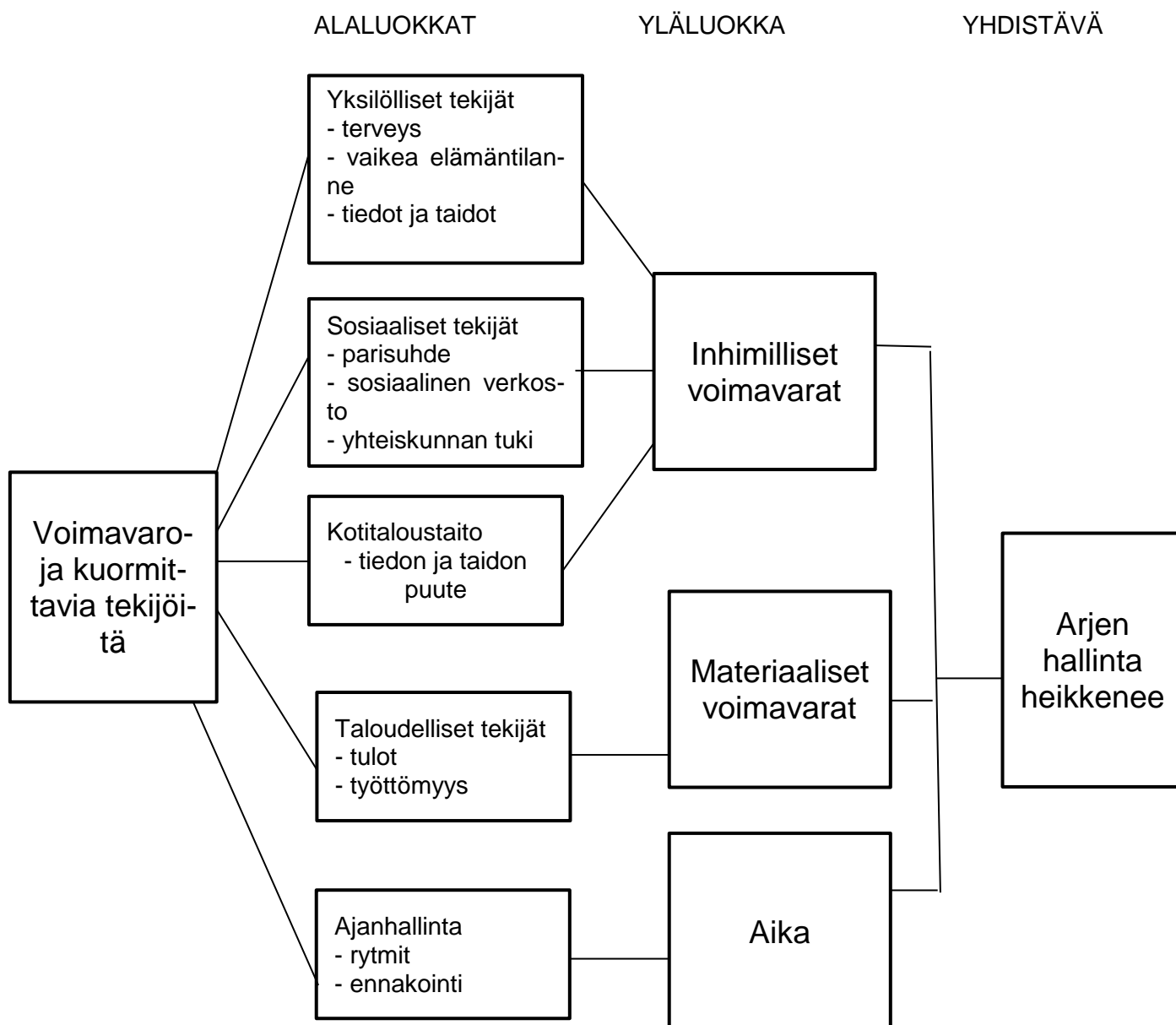
## **7.2 Kotitalousasiantuntijan näkemys**

Tässä luvussa vastaan kotitalousasiantuntijoiden haastatteluaineiston tutkimuskysymisiin. Tutkimuskysymykset ovat: millaisia arjen hallintaa kuormittavia tekijöitä perheissä oli, mitkä tekijät tukevat arkea lapsiperheissä sekä miten kotitalousasiantuntijat tukevat kotikäyntien yhteydessä kotitaloustaitojen kehittymistä.

### **7.2.1 Arkea kuormittavat tekijät**

Asiantuntijoiden kotikäyntiperheet koostuivat monenlaisista perheistä, joissa oli erilaisia arjen hallintaa ja voimavaroja kuormittavia tekijöitä. Kotitalousasiantuntijat kertoivat erilaisten perheiden tarvitsevan apua arjen hallintaan ja kotikäyntejä tehtiin niin ydin-, yksinhuoltaja- kuin maahanmuuttajaperheisiin. Eräs kotitalousasiantuntija näki myös osan nuorista vanhemmista tarvitsevan tukea arkeensa.

Kuviossa 4 esitän asiantuntijoiden aineistosta esiin nousseita arkea kuormittavia tekijöitä. Aineistosta löytyneistä voimavaroja kuormittavista tekijöistä muodostin alaluokkia. Nimesin nämä alaluokat hyödyntäen aikaisempia voimavaroista tehtyjä Raijaksen (2005) ja Pelkosen (1994) tutkimuksia, mutta muodostin myös uusia aineistosta löytyneitä alaluokkia. Nämä alaluokat sijoitin Raijaksen (2005) mukaan inhimillisiin, taloudellisiin ja aikaan liittyviin yläluokkiin. Näiden tekijöiden yhteisvaikutuksesta arjen hallinta heikkenee. Kuvion jälkeen avaan vanhempien kokemuksiin perustuvia löytöjä.



**Kuvio 4.** Kotitalousasiantuntijan näkemys lapsiperheiden voimavaroja kuormittavista tekijöistä.

Kotitalousasiantuntijat näkivät perheiden voimavaroja kuormittavan inhimilliset, materiaaliset ja aikaan liittyvät tekijät. Voimavarojen kuormittuminen näkyi taas perheiden arjen hallinnan heikkenemisenä. Inhimilliset voimavarat koostuivat tässä asiantuntijoiden haastatteluaineistossa yksilöllisistä ja sosiaalisista tekijöistä sekä kotitaloustaidoista. Yksilölliset tekijät koostuivat terveydellisistä tekijöistä, niin fyysisistä kuin psyykkisistä. Sosiaalisista tekijöistä nousi aineistosta esiin parisuhde sekä sosiaalisten verkostojen ja yhteiskunnan tuen puute.

Arkea saattoivat haastaa aikuisten tai lasten fyysiset ja psyykkiset sairaudet, päihdeongelmat, työttömyys, toisen huoltajan kuolema tai vakava sairaus. Masennuksen nähtiin olevan perheissä aika yleistä, ja osa vanhemmista oli todella uupuneita. Yhdessä asiantuntijahaastattelussa tuli esille, että muutamissa perheissä toisen vanhemman vankilatausta vaikeuttaa arjen hallintaa poissaolojen vuoksi sekä yhteiskuntaan takaisin kiinnittymisessä. Pitkäaikaistyöttömyys ja työttömyys ylipäättään kuormittivat perheiden niin taloudellisia kuin henkisiä voimavaroja. Toisaalta nähtiin myös, että joissakin perheissä työttömyys siirtyi sukupolvelta toiselle.

*Meillä on kolme sukupolvea, jotka ei ole nähnyt et lähdetään töihin eli isovanhemmat ei oo lähtenyt töihin, eikä nää työikäiset ja lapset nää, että lähdetään töihin. Koska se on minusta sellanen asia, joka siirtyy sitten perimänä siihen arvomaailmaan sille lapselle. Niin, mistä se lapsi osaa arvostaa tiettyjä asioita. Työnteko on minun mielestä se yksi tärkeä voimavara. (AH2)*

Tiedon ja taitojen puutteen nähtiin aiheuttavan taloudellisia menetyksiä, kun rahaa meni hukkaan ja pintoja pilalle väärillä aineilla. Hygieenisyyden vuoksi taidot ja tiedot olivat tärkeitä asiantuntijoiden mielestä. Isovanhempien ja läheisten tukiverkostojen vähentyminen ja puuttuminen kokonaan nähtiin jokaisessa kotitalousasiantuntijan haastattelussa lapsiperheiden arkea kuormittavana tekijänä. Kotikäyntien yhteydessä oli käynyt ilmi, että osa perheistä ei ollut missään tekemisissä isovanhempien kanssa. Perheillä saattoi olla vaikeitakin elämäntilanteita, mutta he eivät olleet saaneet niihin apua läheisiltään tai sukulaisiltaan. Toisaalta oli ollut nähtävissä työn vuoksi muuttaneita perheitä, joilla sosiaaliset tukiverkostot olivat jääneet muuton myötä toiselle paikkakunnalle. Sosiaalisten suhteiden puuttumisen nähtiin myös vaikeuttavan taitojen siirtymistä sukupolvelta toiselle. Vanhemmat eivät olleet saaneet arjen hallintaan tarvittavia eväitä omilta vanhemmiltaan. Työttömyyden ja sosiaalisten verkostojen puuttumisen nähtiin aiheuttavan yhteiskunnasta syrjäytymistä. Parisuhdetta kuormitti joissakin perheissä kotitöiden epätasainen jakautuminen, mielenterveys-, päihde- ja työttömyyteen liittyvät ongelmat.

Yhteiskunnan tuen toivottiin olevan konkreettisempaa perheiden arjessa auttamista. Asiantuntijat näkivät, että perheet tarvitsisivat tukea arjen hallinnan taitojen kehittymiseksi. Yksi asiantuntija toivoi vanhan kotihoitosysteemin palauttamista, sillä hän näki sille suuren tarpeen lapsiperheissä. Eräs asiantuntija kertoi, että joitakin perheitä kuormittaa useat eri tukitoimet lapsille. Perheillä saattoi olla useampia sovittuja tapaamisia viikon aikana eri viranomaisten kanssa, mikä vaikutti perheen arjen rytmeihin ja aika-

tauluihin. Hän kaipasi myös vahvempaa monialaista yhteistyötä eri viranomaisten välillä, jotta perheiden haasteisiin voitaisiin paneutua paremmin.

Perheiden voimavaroja nähtiin kuluttavan myös kotitaloustaitojen puute. Taitojen puutetta oli havaittu ruoanvalmistustaidoissa, siivouksessa, pyykkihuollossa ja taloustaidoissa. Perheillä oli myös ollut haasteita kodin järjestyksen ylläpitämisessä, ja tavarat olivat joissakin kodeissa olleet pusseissa ja laatikoissa ympäri kotia. Yksi asiantuntija kuvasi, että keittiöön piti raivata polku päästäkseen työskentelemään siellä. Ruoanvalmistustaitojen puutteellisuus näkyi joissakin perheissä einesruoan käytössä ja usein saatettiin valmistaa vain muutamaa tuttua ruokaa. Ruokahuollosta puuttui osassa perheistä suunnitelmallisuus, ja tämän vuoksi ruokaa jouduttiin heittämään pois. Joillakin perheillä oli ravitsemuksessa jonkinlaista tietämättömyyttä, mikä näkyi joidenkin ruoka-aineiden välttelynä. Ruokahuollon suunnittelemattomuus aiheutti tilanteita, joissa nälän yllättäessä lähdettiin vasta kauppaan hakemaan ruoka-aineita.

Osassa perheistä oli ollut nähtävissä epätasa-arvoista kotitöiden jakamista. Tällöin vastuu kodin arjen hallinnasta oli jäänyt pelkästään äidin harteille. Horelli ja Haverinen (2008) näkevät, että pakollisiin toimintoihin sidottu aika jakautuu epätasa-arvoisesti naisten ja miesten kesken. Naisilla ei välttämättä jää pakollisen kotityön ja työn väliin riittävästi aikaa sosiaalisille, yhteiskunnallisille tai henkilökohtaisille toimille. He näkevät, että varsinkin pienten lasten äideillä ja yksihuoltajilla on vaikeuksia selviytyä arjen askareista. (Horelli & Haverinen, 2008, s.95.) Kotitalousasiantuntijat näkivät, että joidenkin perheiden äideillä oli myös haasteita jakaa omia voimavarojaan oikein. Jotkut äidit olivat keskittyneet pelkästään siivoukseen niin, että ruoanlaittoon ei ollut jäänyt aikaa. Yksi haastateltavista toi esille tärkeänä kotitaloustaitona omien voimavarojen jakamisen.

*Eli jos on tottunut siihen, että on vaikka sinkku ja parisuhdeaikana siihen, että kaikki on valkosta tiptoppia tai se ei usein lapsiperheissä ole tai se ei ole ihan luonnollista. Täytyy antaa ittelä se armo, en tarkoita sitä, että tulisi se kaaos päälle vaan että vähän löysätään sitten. (AH1)*

Kotitaloustaitojen kehittymisen esteenä nähtiin olevan vaikeat elämäntilanteet, masennuksen ja uupumisen. Joskus perheen omat tietyt rutiinit estivät taitojen kehittymisen. Perheiden arkea haastoi useassa perheessä huono taloudellinen tilanne. Tähän saattoi olla syynä työttömyys, terveydelliset ongelmat tai kulutustottumukset. Kun perheen talous oli tiukalla, arjen yllättävät tilanteet, kuten syntymäpäivät tai harrastusvälineen rikkoutuminen, aiheuttivat perheessä huolta. Osalla perheistä oli ongelmia rahan käy-

tössä ,ja he kuluttivat rahaa yli varojensa. Nämä perheet olivat kertoneet asiantuntijoille, että rahaa ei ollut ruokaan. Kotitalousasiantuntijat näkivät kuitenkin tavarapaljouden kodissa ja sen, kuinka rahaa laitettiin pikaruokaan tai uusimpiin älylaitteisiin. Haastattelut olivat nähneet perheitä, jotka olivat joutuneet velkakierteeseen kulutustottumustensa vuoksi. Asiantuntijat olivat tavanneet myös useita perusperheitä, joilla talous oli tiukalla, mutta elämä muuten oli hallinnassa.

*...sitten on ollut semmoinen nuori äiti lapsen kanssa, että siellä oli yks ainut kattila, haarukat ja veitset, ei ollut edes juuresveistä, jolla me oltais porkkanoita pilkottu vaan me sillä ruokailuveitsellä raaputettiin porkkanat ja pilkottiin. Koska mun lähtökohta on siinä, että me tehdään työtä sen perheen raamien mukaisesti ja heidän olemassa olevin välinein. Mitä järkeä, että mä vien sinne hirveät repertuaarit ja sit vien ne pois ne mensesään, vaan se pitää oppia se arjen pyörittäminen niillä, vaikka siellä ei ois ku ne perusvälineet. (AH4)*

Asiantuntijat näkivät, että osassa perheistä ongelmia tuotti ajankäytön hallinta. Perheissä ei ollut esimerkiksi ruokarytmiä tai nukkumaanmenoajoja. Eräs asiantuntija koki olevansa välillä unilukkari herätellessään perheitä ennen kotikäyntityön aloittamista. Korvela (2014) näkee, että yhteiskunnassa kiinni pitävät rytmit ovat tärkeitä ihmisen elämän kannalta. Yksilön rytmin poiketessa suuresti yhteiskunnan tavanomaisesta rytmistä se vaikuttaa hänen sosiaaliseen toimintaan. Nykyaikana globaalisti internetin välityksellä rakentuvat yhteisöt haastavat perinteistä yhteiskunnassa kiinni pysymisen rytmiä, jos ihminen ei itse osaa säädellä omaa internetissä viettämäänsä aikaa. (Korvela, 2014, s.319.) Ajankäytön hallintaan nähtiin vaikuttavan heikentävästi sairaudet ja ihmissuhdeongelmat.

*No se on se arjen hallinta, oikea arkirythmi...Ja just tämä päivärythmi, ruokarythmi on minusta aivan hakoteillä. (AH3)*

*Mähän käytän sitä sekvenssikarttaa, arjen lukujärjestystä ja kysyn aina, mikä heidän vanhempien rytmitys on, että syöks he aamupalat ja syökö he ruokaa. Jos isä vastaa, että mää en syö ikinä aamupalaa ja mä en syö ikinä lounasta, mää en syö oikeastaan mitään koko päivänä. Niin sitten, että hei jotakin on pakko kuitenkin syödä, että hengissä tässä vielä ollaan. Niin, niin sitten se että meidän on kuitenkin aina, mä korostan sitä että lapsen tahtisesti eletään ja lapsi tarvii ne säännölliset ateriat ja se ruokahan rytmittää sen päivän, että miten me sitten tää yhtälö ratkaistaan, että juurikin tää, että me vanhemmat ollaan ne mallintajat lapsen ruokakäyttäytymiselle eli ei tarvi ihmetellä, miks siellä perheessä on näitä syömisongelmia, kun he ei saa sitä mallioppimista, että isä tai äiti syö yhdessä pöydän ääressä. (AH4)*



### 7.2.2 Arkea tukevat tekijät

Asiantuntijoiden aineistosta löytyi myös jonkin verran perheen arkea tukevia tekijöitä. Kysyttäessä voimavaroja tukevia asioita nousi muutamassa haastattelussa esille perheiden kyky ottaa tukea vastaan. Yhtenä tärkeänä perheen elämää ja arjen hallintaa tukevana tekijänä nousi esiin perheen lähisuhdeverkostot. Etenkin puolison tuki nähtiin merkittävänä arjen toimimisen kannalta. Arjen sujumista edesauttoi asiantuntijoiden mielestä perheen yhdessä tekeminen ja kodin hoidollisista asioista sopiminen perheen sisällä. Vanhempien parisuhde nähtiin tukevana tekijänä silloin, kun kummankin tavoitteena oli yhdessä hoitaa kotia ja lapsia. Vanhempien oma hengähdysaika nähtiin myös tärkeänä jaksamisen kannalta.

Rytmit nähtiin yhtenä arkea vahvistavana elementtinä. Rytmien nähtiin myös tukevan lasten kasvua ja luovan turvallisuutta. Ruoka-aikojen nähtiin hyvin kuvaavan päivärhythmiä. Rytmien nähtiin myös auttavan perheitä pysymään kiinni yhteiskunnan aikataulussa.

*Sehän on se yks tukiranka, just että sulla arki pyörii. Lapset saa ruokaa, perhe saa ruokaa. Jonkulainen järjestys huushollissa, se on jo asumismukavuutta. Ei tarvi olla tip-top vaan sellaista normaalia siisteyttä. Sitte ku niillä tavaroilla olis joku paikka, mutta kun niitä on joka paikka täynnä ja ei ole semmosta. Ne on vähän niinko huiskin haiskin sinne laitettu. (AH3)*

*No minusta siinä hyvässä arjessa olis jonkinasteinen rytmi ja sitten jos ollaan tai käydään päiväkotia tai eskaria tai koulua, että sinne lähdetään. Eikä ilmoiteta ettei jaksa lähteä. (AH2)*

Kotitaloustaitojen rooli nähtiin merkittävänä arjen sujumisen kannalta. Nykykotitalouden hoidon koettiin vaativan myös tekniikan osaamista. Kotitaloustaitojen koettiin pitävän sisällään pyykinhuoltoon, ruoanlaittoon, siivoukseen ja talouden hallintaan liittyviä taitoja. Tärkeänä taitona nähtiin myös yhdessä tekemisen taito. Myllyniemi (2015, s.7) näkee lapsuudenkodin lapsen ja nuoren ensisijaisena kasvuympäristönä, jossa kotitaloustaidot kehittyvät ja siirtyvät sukupolvelta toiselle. Kotitalousasiantuntijat näkivät kotitaloustaitojen mahdollistavan arjen pyörittämisen kotona. Taitoihin nähtiin kuuluvan myös tiedon. Kotitalousasiantuntijoiden mielestä kaikkien ei tarvitse osata ja tietää kaikkea, vaan tietoa ja apua pitäisi pystyä ja osata hakea eri paikoista.

*Totta kai niillä on iso merkitys, että sulla on edes ne perustaidot hallinnassa ja ymmärtää, että mikä aine ja väline on siihen vessan siivoukseen ja ymmärtää, että samalla rätillä pyyhitä sitten niitä olohuoneen pintoja, millä on niitä pyytyjä pyyhitty. (AH1)*

### 7.2.3 Kotikäyntien merkitys

Marttapiirien kotitalousasiantuntijat ovat tehneet kotikäyntejä jo yli kymmenen vuoden ajan. Näiden vuosien aikana nimi on välillä muuttunut, mutta asiantuntijat näkevät periaatteen silti pysyneen samana. Toiminnan tavoitteena on ollut ja on lapsiperheiden arjen tukeminen. Kotikäyntityötä asiantuntijat tekivät yhdessä perheessä 1–5 kertaa kolmen tunnin ajan. Käyntimäärät vaihtelivat kunnittain, ja siihen vaikuttivat sopimukset yhteistyökumppaneiden kanssa. Marttaliiton lapsiperheiden arjen tukeminen -toiminnan yhteistyökumppaneina olivat haastatteluun osallistuneiden asiantuntijoiden kanssa olleet kunnan perhetyö, sosiaalipuoli, seurakunta, ensi- ja turvakoti ja Mannerheimin lastensuojeluliitto. Yleensä kotitalousasiantuntijan mukana oli ensimmäisellä käyntikerralla yhteistyökumppani, kuten esimerkiksi perhetyöstä perhetyöntekijä.

Asiantuntijat kertoivat kotikäynneillä aktivoivansa koko perheen tekemään kodin hoitoon liittyviä asioita yhdessä. He näkivät oman roolinsa kotitalouden asiantuntijoina, ja tavoitteena heillä oli tukea perheiden arjen sujumista. Kotitalousasiantuntijat kokivat olevansa rinnalla kulkijoita, ja lisäksi he kuvasivat omaa rooliaan ”coutsina”, kannustajana, tukijana, eteenpäin tönijänä, kuuntelijana ja ammatillisen tiedon jakajana. Joskus asiantuntijan roolina oli ollut kotikäynnillä ohjata perheen äitiä hellittämään liiallisista siivoustavoitteista kohti rennompaa otetta.

*...semmonen kanssakulkija ehkä jollain tapaa vertaistukikin ja sit semmoinen lempeä tiedon mahdollistaja eli mä menen sinne perheeseen nimenomaan sitä perhettä varten ja pyrin kuulostelemaan kaikin tavoin, mitä he minulta toivovat ja tarvitsevat. (H1)*

*Aina pitää korostaa se, että tää meidän työ ei ole kotikäyntipalveluja. Että me ei käydä heille tekemässä valmiita juttuja vaan me laitetaan nämä asiakasperheet itse tekemään. Me olemme ne rinnalla kulkijat...Minulla on se vahva kotitalouden ammatillisuus eli se pyörii sitten siinä siivouksen, pyykinpesun, rahan, ruoan valmistuksen, mutta toki makukoulua pyöritetään ja vinkkejä näihin ruokailutilanteisiin, mutta se on sitä perusarkea. (H4)*

Kotitalousasiantuntijat kertoivat ottavansa huomioon tavoitteita asettaessaan aina ensisijaisesti perheiden tavoitteet ja toiveet kotikäynnille, mutta myös siinä rinnalla huomioivat yhteistyökumppanin kotikäynnille asettamia tavoitteita. Heidän mukaansa tavoitteiden saavuttamista edistivät perheen osallistuminen kotikäyntien suunnitteluun. Tavoitteita ja suunnitelmia myös muokattiin tilanteiden ja vanhempien päiväkohtaisen fyysisen ja psyykkisen voinnin mukaan. Välillä kotikäynneillä oli jouduttu vähentämään konkreettista tekemistä ja jätetty enemmän aikaa keskustelulle. Haastateltavat kotitalousasiantuntijat kertoivat tekevänsä työtä usein perheiden elämän ollessa kriisitilantees-

sa. Tämän vuoksi luottamuksellinen suhde perheen kanssa nähtiin tärkeänä ja tavoitteita edistävänä tekijänä.

*No mä pyrin aina toimimaan asiakaslähtöisesti, että ensin kartoitetaan vähän mitä sielä on voimavaroja, mitä on taitoja, mitä on toivomuksia, tavoitteita ja se oikeastaan lähtee siitä ja sen mukaan sitten elellään. Jos perheen huoltaja ilmoittaa, että hänellä on ruoanvalmistus hanskassa, niin ja pyykinhuolto pelaa, niin sitten keskitytään johonkin muuhun asiaan. (AH2)*

Kotitaloustaitojen vahvistamiseen ja niiden kehittymiselle nähtiin hyvät edellytykset kotikäynneillä. Kotitaloustaitoja pyrittiin kehittämään konkreettisen yhdessä tekemisen avulla ja työskentelyn aikana annettiin neuvoja ja ohjeita kotitöihin liittyvissä asioissa. Perheiden kanssa käytiin läpi vaatehuoltoon, puhtaanapitoon, kodin järjestelyihin, talousneuvontaan ja arjen rytmeihin liittyviä asioita. Sisällöt vaihtelivat perheiden tarpeiden ja toiveiden mukaan. Jos perheellä oli hallinnassa kodin puhtaanapitoon ja vaatehuoltoon liittyvät asiat, silloin keskityttiin ravitsemukseen ja ruoanvalmistukseen. Suurin osa haastateltavista koki ruoan olevan hyvä keino päästä keskustelemaan samalla muistakin kodin hoitoon liittyvistä asioista.

Kotikäynneillä kannustettiin perheitä tekemään yhdessä arjen askareita ja eräs asiantuntija kuvasi, miten hän pyrki löytämään jokaiselle perheenjäsenelle oman roolin kodin hoidossa. Yhdessä tekeminen nähtiin tärkeänä kotitaloustaitona. Kotitalousasiantuntijat ohjasivat perheen vanhempia ottamaan lapsia mahdollisimman pienestä pitäen mukaan kotitöiden tekemiseen. Tähän kotitalousasiantuntijat ohjasivat vanhempia käyttämään tarrajärjestelmää, joka motivoi lapsia tekemään kotitöitä. Joissakin perheissä oli tehty vanhemmille näkyväksi kaikki se työ, mitä kotona oli, ja sitten etsitty jokaiselle jokin rooli kodin askareissa. Haverisen (2008, s.18) mukaan lapsen ja nuoren säännöllinen osallistuminen yhteistyöhön kotona vahvistaa kestävästä perustaa nuoren itsenäiselle elämälle tulevaisuuden yhteiskunnassa.

*Semmonen, että nimenomaan osaisi kuunnella sitä perhettä ja antaa semmoiset mahdollisuudet löytää oma tapa ja rutiini hoitaa kodin arkea ja kun tehdään käytännössä ja tehdään yhdessä, niin he pääsevät kyselemään ja kyseenalaistamaan ja ihmettelemään... (AH1)*

Perheen uni- ja ruokarytmi saattoi olla hukassa, ja siihen pyrittiin löytämään säännönmukaisuutta, mikä tukisi lasten kasvua. Perheen päivärytmin suunnittelun ja ennakoinnin tueksi kotitalousasiantuntijat kertoivat käyttävänsä lukujärjestystä. Eräs asiantuntija puhui sekvenssikarttamenetelmästä, joka on kehitetty Korvelan (2003) väitöskirjan aineiston pohjalta. Tavoitteena oli tämän avulla luoda perheelle päivärytmi sekä pyrkiä

ohjaamaan perheitä oman arjen suunnitteluun. Sekvenssimenetelmä kiinnittää huomion arjen rytmittämiseen ja rutiineihin tuoden niihin ennakoitavuutta ja säännönmukaisuutta (Kupiainen & Holmberg, 2011, s.44).

Kaikki haastateltavat toivat esille ruoanvalmistukseen, ravitsemukseen ja ruokarytmiin liittyvät asiat tärkeinä osa-alueina. Ruoanvalmistustaitoja vahvistetaan tekemällä yhdessä ruokaa, ja siinä ohessa lisättiin vanhempien ravitsemuksellista tietoa. Yhdessä perheen kanssa etsittiin arkea helpottavia reseptejä, jotka sopivat koko perheelle. Asiantuntijat kertoivat myös ohjaavansa perheitä syömään yhteisen pöydän ääressä. Ruoanvalmistuksen aikana keskusteltiin, kuinka tehdä helpommin ja edullisemmin monipuolista ja terveellistä ruokaa. Kestävä kehitys eli vastuullinen kuluttaminen oli mukana eri osa-alueilla. Perheitä ohjattiin huomioimaan kaapista löytyvien tuotteiden päivämäärät ja suunnittelemaan tuotteiden käyttö päiväyksien mukaisessa järjestyksessä. Myös hävikin vähentämiseen ohjattiin ja muistutettiin sen olevan myös iso taloudellinen tekijä.

Kaikki asiantuntijat puhuivat myös perheissä jonkin verran talousasioista. Talousasioita lähestyttiin esittelemällä Marttaliiton materiaalia talousneuvonnasta. Osa asiantuntijoista lähestyi aihetta ruoan kautta, ja sen avulla käytiin läpi perheen talouteen liittyviä asioita. He kertoivat katsovansa perheen kanssa, kuinka paljon ruokaan kului rahaa, ja ohjasivat tarvittaessa perhettä suunnitelmallisuuteen ruokaostosten teossa. Muutama asiantuntija koki luontevaksi puhua perheiden kanssa laajemminkin talousasioista ja kertoivat tekevänsä ennaltaehkäisevää talousneuvontaa perheille.

Haastateltavat näkivät yhtenä tärkeänä tavoitteena kotikäynneille sen, että perhe löytäisi oma tapansa hoitaa arkea ja heidän itseluottamuksensa omaan osaamiseen lisääntyisi. Asiantuntijat halusivat välittää yhdessä tekemisen kautta onnistumisen kokemuksia, uusia näkökulmia ja tapoja tehdä asioita ehkä helpommin ja nopeammin kuin aikaisemmin. Perheille haluttiin jakaa myös erilaisia arkea helpottavia vinkkejä ja ohjata kotitalouden hoitoa helpottavan tiedon äärelle. Kotitalousasiantuntija kertoivat, että työnjäljen välitön näkyminen auttoi perheitä kohti tavoitteita, ja konkreettisen yhdessä tekemisen nähtiin toimivan osittain myös terapiana. Perheet halusivat usein tekemisen yhteydessä puhua myös heidän arkea raskauttavista asioista.

Anttila (2007) näkee, että neuvontatilanteessa on otettava huomioon perheiden erilaisuus, erilainen taitotaso ja erilainen työskentelymotivaatio. Hänen mukaansa taidot nousevat esille, kun tekeminen on mielekästä ja positiiviset kokemukset kantavat myös

perheitä arkipäivässä. (Anttila, 2007, s.93) Kotitalousasiantuntijat kokivat työssä onnistumisen hetkiä, kun perhe sai apua kriittiseen tilanteeseen. Perheen kehityksen näkeminen toi näkyville työn merkityksellisyyden. Kotitaloustaitojen kehittymisen esteinä nähtiin useimmiten olevan perheiden vaikeat elämäntilanteet, kuten erilaiset psyykkiset ja fyysiset sairaudet tai päihdeongelmat. Joskus perheen omat totutut ja tiukat rutiinit estivät tavoitteiden saavuttamista.

### **7.3 Tulosten yhteenvetoa ja tarkastelua**

Tässä kokoavassa tulosten tarkastelussa esitän keskeisimmät tutkimustulokset. Edellisissä luvuissa avasin vanhempien kokemuksia ja kotitalousasiantuntijoiden näkemyksiä lapsiperheiden arkea tukevista ja kuormittavista tekijöistä sekä kuvasin heidän Marttojen kotikäyntityölle antamia merkityksiä perheiden arjen sujumisen kannalta. Esitän tässä luvussa tutkimuskysymyksittäin molempien aineistojen tutkimustulokset lomit-  
tain.

#### **7.3.1 Arkea kuormittavia tekijöitä**

Ensimmäinen tutkimuskysymys käsitteli perheiden arkea kuormittavia tekijöitä vanhempien ja asiantuntijoiden näkökulmasta. Tässä luvussa tarkastelen ensin vanhempien aineiston pohjalta kuormittavia tekijöitä, jonka jälkeen avaan kotitalousasiantuntijoiden näkemyksiä perheiden arkea heikentävistä tekijöistä. Vanhempien aineiston perusteella arkea haastoivat eniten inhimillisiin voimavaroihin ja aikaan liittyvät tekijät. Materiaaliset tekijät eivät nousseet isoon rooliin vanhempien kokemuksissa. Tämä voi johtua siitä, että haastateltavissa perheissä ainakin toinen puolisoista kävi töissä. Myöskään haastattelukysymykset eivät koskeneet erikseen perheen taloudellista tilannetta.

Tutkimustulokset osoittivat, että vaikka perheet pyrkivät elämään itsenäisesti, tarve niin henkiseen kuin konkreettiseen avulle oli olemassa. Usea haastateltava vanhempi kertoi perheen sosiaalisten tukiverkostojen olevan kapeat, sillä arjessa ei ollut tarjolla lastenhoitoapua. Raijaksen (2014, s.104) ja Törrösen (2012, ss.62–63) tutkimuksissa näkyi myös perheiden turvaverkkojen heikentyminen sekä perheiden erkaantuminen aiemmista sukupolvista ja muista perheistä. Osa elämän ruuhkavuosissa elävistä tutkimukseeni haastateltavista oli uupunut ja saanut itselleen keskusteluapua omaan jaksamiseen. Tämän lisäksi suurin osa perheistä olisi tarvinnut konkreettista kodin- ja lastenhoidollista apua. Myös Heinosen selvityksessä (2008, ss.28–36) kävi ilmi, että perheet halusivat arkiauttamista, mutta perheille tarjottiin psykososiaalista apua.

Kokemuksessa tuen saannista oli nähtävissä eroavaisuuksia näiden kahden maakunnan välillä. Suurin osa haastateltavistani sijoittui Itä-Suomen alueelle, jonka sosiaali- ja terveyspalvelut olivat yhdistyneet yhdeksi isoksi organisaatioksi. Näillä perheillä yhtä tuoretta vanhempaa lukuun ottamatta oli kokemus siitä, että he eivät olleet saaneet tarvitsemaansa tukea ja palveluverkosto koettiin toimimattomaksi. Lapsiperheiden tuen tarve ja palvelut eivät kohdanneet. Myöskään uuden sosiaalihuoltolain varhaisen tuen malli ei toiminut, koska perheet kertoivat saaneensa apua vasta tilanteen kriisiytyttyä.

Iso osa vanhemmista koki, ettei ollut saanut juurikaan apua kunnan palveluverkostosta. Tässä oli nähtävissä osittaista ristiriitaa vanhempien kertoman kanssa, sillä haastattelussa ilmeni, että vanhemmat olivat saaneet tukea lastensa ongelmiin ja haasteisiin. Tätä vanhemmat eivät huomioineet, koska he eivät olleet tulleet kuulluksi oman avun tarpeensa kanssa. Samansuuntaisia tuloksia oli Alhasen (2014) tutkimuksessa, jossa asiakkaan arkiset kokemukset omasta elämäntilanteesta tai avuntarpeesta oli ohitettu työskentelyprosesseissa. Asiakkaan yksilöllisen kohtaamiseen sijaan heidän tarpeet oli nähty järjestelmän tarjoamien valmiiden palveluiden ja tuotteiden näkökulmasta. (Alhainen, 2014, ss.56–58.)

Vanhempien haastatteluaineiston perusteella arkea kuormittivat eniten aikatauluihin ja töihin liittyvät tekijät. Työaikojen epäsäännöllisyys muokkasi tutkimusperheiden arkea ja ajankäyttöä. Epäsäännöllisen työn lisäksi kolmea tutkimuksessa olevaa perhettä koski toisen puolison pitkät työvuorot. Miettinen ja Rotkirch (2012, s.11) näkevät työaikojen epäsäännöllisyyden sekä palveluiden ja kaupan aukioloaikojen pitenemisen muokkaavan niin arkea kuin pyhiä lapsiperheissä. Tämä taas on vaikuttanut siihen, miten ennakoitavaa perheen arki on. Työn ja perhe-elämän yhteensovittamisessa on kyse perheen ajankäytöstä, arjen jäsentymisestä, perheenjäsenten yhdessäolosta ja kasvatusvastuun sekä kotitöiden tasapuolisesta jakamisesta. (Lindfors, 2011, ss.22–24; Rönkä & Kinnunen, 2002, ss.5,12.) Salmen ja Lammi-Taskulan (2014, s.33) mukaan lapsiperheiden vanhemmat tekevät pitkiä työpäiviä yhtä yleisesti kuin lapsettomat palkansaajat ja työskentelevät usein perheen kannalta hankalina aikoina, kuten iltaisin, öisin ja viikonloppuisin Törrönen (2012, s.59) näkee työelämän kaipaavan asenteellista muutosta, jotta isien mahdollisuudet viettää aikaa lasten kanssa paranisivat.

Viime vuosikymmenien aikana työ on muuttanut perheiden arkea merkittävästi, sillä työn ja vapaa-ajan välinen raja on tullut häilyväksi. Jokinen (2016) näkee, että työtä tehdään nykyään projekteina ja työaika on pidennettävä työllisyyden epävarmuuden

vuoksi. Hänen mukaansa epävarmat työsuhteet merkitsevät myös vähentynyttä työnturvaa, jossa on tyypillistä vähäiset työhön liittyvät edut, lakisääteiset oikeudet ja matala palkka. Ihmiset joutuvat myös muuttamaan työn perässä toiselle paikkakunnalle. Nämä kaikki heikentävät Jokisen (2016) mukaan perheiden arjen ennakoitavuutta ja turvallisuuden tunnetta. (Jokinen, 2016.)

Lapsiperheessä vanhempien kotitöiden tekemistä häiritsevät monien tehtävien samanaikaisuus, lasten aiheuttamat katkot ja ajan vähyys. Tutkimukseen osallistuneilla vanhemmilla oli hyvät käytännön kotitaloustaidot. Osalla vanhemmista haasteita oli enemminkin priorisoida kotona suoritettavia tehtäviä ja luopua totutusta siisteystasosta. Ajankäytön hallinta on Aulangon (2009, s.91) mukaan yksi tärkeimpiä kotitaloustaitoja, sillä sen puitteissa on jokapäiväinen kodinhoito järjestettävä. Perheiden toisen puolison pitkät päivät jättivät toisen vanhemmista vastaamaan yksin lasten- ja kodinhoidosta, mikä aiheutti ongelmia ajankäytön hallintaa. Tämä oli nähtävissä myös Törrösen (2012 ss.55, 62) tutkimuksessa.

Tarkastelin vanhempien kotitaloustaitoja Heinilän (2007) kotitaloustaitojen ulottuvuuk-sien avulla. Nämä ulottuvuudet koostuvat uudelleen tekemisestä, emansipaatiosta, yhteensovittamisesta ja emotionaalisesta kokemisesta. Uudelleen tekeminen näkyi lapsiperheiden arjessa päivästä toiseen tehtävinä kotitöinä, mikä uuvutti etenkin äitejä. Aineistosta oli nähtävissä, että osassa perheistä puuttui yhteensovittamisen taitoa. Näissä perheissä kotitöiden tasapuolisesta jakamisesta ei pystytty sopimaan yhdessä. Harvassa muissakaan haastatelluista perheistä oli kotitöiden jakamisesta sovittu erikseen. Tämä on Raijaksen (2005) mukaan kotitalouksille usein tyypillistä, että yhteiset asiat päädytään hoitamaan jollakin tavalla sopimatta tästä erikseen. Raijas (2014, ss.117–118) näkee, että kotitöiden jakaminen tyydyttää molempia parhaiten silloin, kun se voidaan tehdä neuvottelemalla ja sopimalla.

Haastateltavat äidit olivat kaikki olleet työelämässä ennen lasten syntymää, ja osassa perheistä oli nähtävissä roolimallin muuttuminen modernista perinteisempään äidin jäädessä kotiin hoitamaan lasta (Raijas, 2014, ss.107–108). Ajankäyttöaineiston perusteella näyttää lapsiperheissä edelleen kotityöt kasaantuvan helpommin naiselle. Aaltonen ja Varjosen (2008) ajankäytön tutkimuksessa tämä näkyi niin, että ero miesten ja naisten kotitaloustöihin käyttämässä ajassa oli merkittävä. Naiset käyttivät 13 % ja miehet vain 4 % ajastaan kotitaloustöihin päivässä. (Aaltonen & Varjojen, 2008, s.95; Aalto, 2014, s.72)

Perheiden arjen hallintaa kuormittivat useat eri tekijät. Lähes kaikilla haastattelemillani vanhemmilla oli hyvät käytännön taidot, mutta niiden käyttäminen haastavissa elämäntilanteissa ei onnistunut parhaalla mahdollisella tavalla. Vanhempien vastuullisuus ilmeni haastateltavilla etenkin lasten ja kodin jatkuvana huomioimisena niin, että he asettivat itsensä toissijaiseksi. Kokemus oman ajan vähyydestä oli näkyvillä lähes kaikissa haastatteluissa. Aika on jokaisen henkilökohtainen resurssi, mutta haastateltavat vanhemmat ottivat ajankäytössä huomioon ensisijaisesti perheen muut jäsenet. Näen, että kaikkien hyvinvoinnin toteutumisen kannalta myös vanhemman tulisi huolehtia itselleen ”omaa aikaa”.

Kotitalousasiantuntijoiden aineiston perusteella perheiden arkea haastoivat niin inhimilliset kuin taloudelliset tekijät. Aikaan liittyvät haasteet koskivat etenkin perheiden arjen rytmittämisen ongelmia. Kotitalousasiantuntijat olivat tavanneet kotikäyntityön aikana useita erilaisia perheitä, joissa oli jokaisessa omat erilaiset haasteensa. Osa asiantuntijoista kertoi kohtaavansa usein perheitä, joissa oli työttömyyttä ja taloudellisia ongelmia. Raijaksen (2005) mukaan köyhyys vaikuttaa laajasti perheiden elämään ja ilmenee vaihtoehtojen puutteena, taloudellisista syistä aiheutuvina toimintarajoituksina ja heikentyneinä mahdollisuuksina integroitua ympäröivään yhteisöön. Hän näkee nykyisten kotitalouksien olevan haavoittuvaisia, sillä kotitalouksien taloudellinen ja sosiaalinen turvaverkosto on usein hyvin heikko. Näin ennakoimattomat tapahtumat, kuten muutokset voimavarojen määrässä, saattavat aiheuttaa suuria ongelmia taloudessa. (Raijas, 2005, ss.87–100.) Osalla näistä perheistä ei ollut myöskään asiantuntijoiden mukaan taitoja käyttää olemassa olevia resursseja parhaalla mahdollisella tavalla, mikä näkyi esimerkiksi ylivarojen elämisenä. Raijas (2005, s.100) toteaa yhteisössä mukana olemisen synnyttävän sosiaalisia ja psyykkisiä kulutuspaineita, joissa raja todellisten tarpeiden ja halujen välillä helposti häviää.

Myös kotitalousasiantuntijoiden aineistosta nousi esille, että perheet ovat erkaantuneet aiemmista sukupolvista ja muista perheistä. Tämän johdosta arjen käytännöt eivät siirry samalla tapaa kuin ennen sukupolvelta ja perheeltä toiselle (Raijas, 2014, s.104). Yhteiskunnan muuttumisen vuoksi myöskään vanhemmilta opittuja malleja ei voida siirtää suoraan omaan arkeen vaan perheet joutuvat etsimään ja luovimaan omat tapansa selviytyä arjesta (Törrönen, 2012, s.66). Kotitaloustaitojen puuttumisen oli nähty lisääntyneen, ja heikentyneet taidot sekä vanhempien uupuminen aiheuttivat kodeissa epäpuhtautta ja tavaroiden kasaantumista joka puolelle kotia. Korvela, Saarilahti ja Sekki (2014, s.199) toteavat lapsiperheiden tarvitsevan apua arkisten asioiden tekemiseen ja helpotusta arjen ylläpitämiseen. Heidän mukaansa epäjärjestykseen päässyt koti pitää



siivota, sillä masentuneen tai uupuneen ihmisen toiminta ei käynnisty pelkästään keskustelun avulla.

Joissakin asiantuntijoiden tapaamisissa perheissä haasteet olivat liittyneet toimimattomiin arjen käytäntöihin sekä rytmin ja rutiinien puutteeseen. Hurtig (2003) toteaa arjen perusrakenteiden jäsentämättömyyden olevan uhka lasten hyvinvoinnille etenkin, jos tämän lisäksi vanhemmilta puuttuu arkiset perustaidot, kuten kyky valmistaa aterioita sekä huolehtia kodin siisteydestä tai rahan käytöstä. Hän näkee ammattilaisen velvollisuudeksi ohjata perhettä lähemmäksi yleisesti hyväksyttäviä kriteerejä. Hurtig muistuttaa, että perheen arkeen puuttuminen tulisi tapahtua hienovaraisesti ja olla ohjailevaa. (Hurtig, 2003, s.85.) Epäsäännöllinen arki aiheuttaa perheissä arjen rytmittämisen ongelmia, jolloin nukkumaanmeno saattaa pitkittyä. Ongelmia voi tulla aamuheräämisiin, ja lapsia ei saada lähetettyä oikeaan aikaan kouluun. (Sekki & Korvela, 2014, s.227.) Korvelan (2014, s.17) mielestä säännöllinen päivärytmi, yksilön ja yhteisöjen rytmien samankaltaisuus, autonomia arjen rytmin rakentamisessa sekä jatkuvuuden ja harmonian kokemukset ovat lisäämässä arjen hyvinvointia.

### **7.3.2 Arkea tukevia tekijöitä**

Toisessa tutkimuskysymyksessä tarkastelin, millaisia arkea tukevia tekijöitä perheissä ilmeni. Molemmista aineistosta nousi esille päivärytmin merkitys arjen rakentumisessa. Tutkimuksessani haastateltavien lapsiperheiden arjessa korostui rytmin merkitys, ja perheissä oli nähtävissä selkeä päivän rakenne. Päiväohjelmaa kuvattiin lasten ruoka- ja unirytmien mukaan. Mikäli molemmat vanhemmat olivat töissä, päivät rytmittyivät vanhempien työaikojen kautta. Arkitoimintojen eteneminen toistuvan rytmin mukaan vähentää Korvelan, Saarilahden & Sekin (2014, s.11) mukaan jatkuvan suunnittelun sekä päätöksenteon tarvetta, ja huomio voidaan kiinnittää muihin asioihin. Haastateltavat perheet näkivät myös ennakkoinnin vahvistavan arjen sujumista ja olevan tärkeää lasten kannalta. Päivärytmin on todettu tuovan ennustettavuutta ja lisäävän lasten turvallisuuden tunnetta (Korvela & Tuomi-Gröhn, 2014, s.7). Aaltonen & Varjonen (2014, s.2) näkevät, että jatkuvuus ja rutiinit auttavat meitä jäsentämään maailmaa ja ympäristöämme.

Lapsen syntymä muuttaa totuttuja arjen käytäntöjä ja rutiineja. Lapsiperheen arki ei ole pelkästään automatisoituneita rutiineja, vaan sisältää jatkuvasti uusien ongelmien kohtaamista ja ratkaisujen hakemista niihin (Korvela & Tuomi-Gröhn, 2014, s.17). Yhdessä perheessä oli haettu ratkaisuja kotitöiden uudelleen jakamiseen äidin lähdettyä töihin.

Toisessa perheessä oli pohdittu isän jäämisestä vanhempainvapaalle. Kolmannessa perheessä oli etsitty ratkaisuja perheen työnjaossa, yhteen sovitettu etukäteen kalenterin avulla aikatauluja ja etsitty keinoja löytää aikaa parisuhteelle. Tuomi-Gröhnin (2009) mukaan etenkin elämän murroskohdissa on ympäristöä hyödyntäen haettava uusia ja toimivia ratkaisuja entisten rutiinien ja rytmien tilalle. Osassa perheistä oli löytynyt asioihin toimivia ratkaisuja, ja toisissa taas ei ollut löydetty kaikkia osapuolia tyydyttäviä ratkaisuja. Eräs perhe kertoi järjestävänsä parisuhteelle aikaa lasten mennessä nukkumaan ja välillä he olivat saaneet hoitajan lapsille. Toisessa perheessä äidin lähdettyä töihin oli kotityöt jakaantuneet tasapuolisemmin, kun isä otti vastuun kodin- ja lastenhoidosta äidin ollessa töissä. Näiden ratkaisujen koettiin vahvistavan suhdetta ja tukevan yhteisen arjen rakentamista. Korvela ja Keskinen (2008) muistuttavat, että työn ja perheen yhdistäminen vaatii töiden jakamista kaikkien perheenjäsenten kesken. Perheen vastuun jakamisessa korostuu keskinäisen vuorovaikutuksen ja organisointikyvyn merkitys. (Korvela & Keskinen, 2008, ss.265–266.) Raijas (2014, ss.105, 121) näkee, että perheen arvot ja asenteet vaikuttavat siihen, kuinka he pystyvät hyödyntämään olosuhteita ja omia henkilökohtaisia ominaisuuksia.

Haastattelemani vanhemmat näkivät käytännön kotitaloustaitonsa riittävän hyvinä yhtä lukuun ottamatta. Tarkastelin vanhempien kotitaloustaitoja Heinilän (2007) taidon ulottuvuuksien avulla. Emotionaalinen kokeminen näkyi konkreettisesti kotitöiden yhdessä tekemisestä ja jakamisesta vanhempien ja lasten kesken. Lapset ottivat osaa tekemiseen laittaessa vanhemman apuna pyykkää koneeseen tai tyhjentäessään tiskikonetta. Kotitaloustaito muistutti näitä vanhempia heidän läheisistään, joilta he olivat taidon oppineet. Tämä tuli esille, kun keskustelimme vanhempien taidon oppimisen kokemuksista. Kotitaloustaidon oppiminen ei Heinilän (2007) mukaan ole pelkästään tietoista oppimista, vaan siihen liittyy usein tuntemuksia, toimintatapoja ja asenteita opitusta kokemuksesta. (Heinilän, 2007, s.85.)

Uudelleen tekeminen näkyy tutkimuksessa perheen arjessa toistona, tapoina ja rutineina, jotka toivat esille arjen ajallisuuden. Emansipaatio kotitaloustaitona ilmentää välineiden välineellisyyden tunnistamista ja niidenmukaista käyttämistä. Emansipaation ulottuvuus mahdollistaa myös sen, että vanhemmalla on vapaus valita taidon käyttäjämyy. Eräs vanhemmista kertoi heidän välillä vain olevan ja jättävän hetkellisesti sotkut siivoamatta. Heinilä (2007) puhuu silleen jättämisestä silloin, kun arjen ratkaisussa voidaan jättää tekemättä tai ostaa palveluita. Yhteensovittaminen tuli perheissä esille arjessa joustamisena, neuvottelutaitona ja toimintatapojen yhteensovittamisena. Heinilä (2007) näkee, että kotitaloustaito ilmenee kanavana jatkuvuuden ja turvallisuuden

den tunteelle sekä välittämisen ja rakkauden ilmapiirin mahdollisuudelle perheissä. (Heinilä, 2007, ss.78–124, 153.)

Haastateltavat kotitalousasiantuntijat pitivät tärkeinä lasten ottamista mukaan kotitöiden tekemiseen. Haverisen (2008, ss.18–19) mukaan lapsen ja nuoren osallistuminen kotitöihin vahvistaa kestävästä perustaa itsenäiselle elämälle tulevaisuuden yhteiskunnassa. Nyky-yhteiskunnan jatkuvan muutosten takia Rubin (2010) näkee tulevaisuudessa arjen osaamistaitoina kyvyn käsitellä ja soveltaa saatavilla olevaa tiedon tulvaa (Rubin, 2010, s.18). Turkin (2015) mukaan meidän tulee olla avoimia tekemään ja omaksumaan uusia asioita ja tapoja toimia. Hän näkee tärkeänä oppia kuuntelemaan ja ymmärtämään toisia perheenjäseniä, sillä voimavarojen yhdistäminen lisää koko perheen resursseja. Yhteiskunnan rakenteellisten muutosten ymmärtäminen auttaa asemoimaan itsensä ja työnsä uudelleen. (Vrt. Turkki, 2015, ss.172–173.) Perheenjäsenet voivat itse vaikuttaa joidenkin voimavarojen määrään sekä käyttöön, mutta hallittavuus vaihtelee kotitalouden eri elinvaiheissa. Resurssien määrällä ja niiden jakaantumisella perheessä eri henkilöiden kesken on vaikutusta yksilön kokemaan hyvinvointiin. (Raijas, 2005, ss.84–85; Raijas, 2014, s.106.)

### **7.3.3 Kotikäyntien merkitys**

Kolmas tutkimuskysymys avasi Marttojen kotikäyntityön merkityksiä perheille. Aineiston avulla selvitin, miten kotitalousasiantuntijoiden käynnit tukivat lapsiperheiden arjen sujumista niin perheiden itsensä kokemana kuin asiantuntijoiden näkökulmasta. Tutkimuksessani oli nähtävissä, että perheen arjen hallintaa tukevat kotikäynnit auttoivat perheitä tekemään arkeaan tukevia ratkaisuja. Kotikäyntiperheet ovat oman elämänsä asiantuntijoita ja aktiivisia toimijoita. Kotikäynnit lähtivät perheiden tarpeista ja toiveista. Kotikäyntien tehtävänä oli antaa perheille tilaisuus tutkia, keksiä ja selkeyttää omia tapoja elää voimavaraisemmin ja hyvinvoivemmin (vrt. Onnismaa, 1998, s.21).

Kotitalouden toiminnan tavoitteena on arjen hallinta, ja se voidaan ymmärtää Heinilän (2007, s.65) mukaan arjessa tarvittavien taitojen osaamisena. Kotitalousasiantuntijat vahvistivat perheiden kotitaloustaitojen kehittymistä yhdessä tekemisen avulla. Kotitaloustaitoja vahvistettiin eri osa-alueilla, kuten ruoanvalmistuksessa, vaatehuollossa, puhtaanapidossa ja taloudenhoidossa, perheiden tarpeiden mukaan. Arkiryhtiä kohennettiin luomalla perheiden kanssa arjen sekvenssikartta, mikäli siihen oli tarvetta. Kotikäynneillä oli läsnä oppimista tukeva ympäristö. Koti on perheiden arjen toimintaympä-

ristö ja siihen liittyy materiaallinen, fyysinen, sosiaalinen ja emotionaalinen ulottuvuus (Sekki, 2018, s.22).

Kotikäynneillä perheiden arkea lähestyttiin kokonaisuutena, jolloin yksittäiset toimintatilanteet pyrittiin ymmärtämään perheen kokonaisuuden näkökulmasta. Käytännön taitojen lisäksi huomioitiin perheiden vuorovaikutustilanteita ja vastuun jakamista kotona tehtävien töiden hoidossa. Eräs asiantuntija kuvasi, miten hän pyrkii avaamaan kotona tehtävät työt konkreettisesti kaikille perheenjäsenille.

*Monet perheet on tykänneet siitä, että me tehdään jonkin sortin sanon nyt lainausmerkeissä lukujärjestys luonnosta. Ja se saattaa hyvin konkreettisesti näyttää, että mitä kaikkea pitäisi viikkotasolla tehdä ja mitä kaikkea ja kenelle ne voidaan jakaa. Ja usein kun siellä on tämä työssä käyvä toinen puolisko niin et hänkin myöskin näkee, että me kolme vaikka tehdään täällä päivän aikana tällasta ja tällasta ja sitten mitä vielä jää yhdessä tehtäväksi tai hänelle. Et semmonen niin kuin konkretisoiva, että tehdään näkyväksi, että mitä tähän hyvään sujuvaan arkeen liittyy ja et sovitaan niistä yhdessä. (AH1)*

Arjen keskeiseksi taidoksi Turkki (1999) näkee kyvyn ymmärtää kotitalouden kokonaisuutta sekä siihen sisältyvän toiminnan monitahoisuutta. Kotona tapahtuva kotitöiden tekeminen edellyttää tietoista toimintaa ja reflektiivistä ajattelua. Reflektiivinen ajattelu edistää mahdollisuutta nähdä kussakin tilanteessa useita ratkaisuvaihtoehtoja, mikä lisää joustavuutta arjessa selviytymiseen. (Turkki, 1999, ss.86, 107–112.) Vanhemmilla oli kotikäyntien aikana mahdollisuus pohtia yhdessä kotitalousasiantuntijan kanssa eri ratkaisuvaihtoehtoja arjen sujuvoittamiseksi. Eräs vanhempi kuvasi, kuinka he olivat asiantuntijan kanssa organisoineet perheen vaatehuoltosysteemit kokonaan uudelleenlaiksi.

Marttaliiton työtapana on verrattavissa Väestöliiton Arki haltuun -hankkeeseen, sillä se on myös toiminnallista, konkreettista ja kokonaisvaltaista lapsiperheille suunnattua palvelua perheiden kotona. Kotikäyntien avulla vahvistettiin perheiden osallisuutta ja toimijuutta heidän omassa arjessaan. Työtavan tavoitteena oli perheiden arjen hallinnan ja kotitaloustaitojen kehittyminen. Sekki (2018) näkee, että tällainen perheiden arjen kokonaisvaltaisesti huomioiva työtapana on entistä ajankohtaisempi. Kotikäynneillä on mahdollisuus saada kokonaiskuva perheen arjesta, toimintatavoista, arvoista ja asenteista, joita muutoin olisi hankala hänen mukaansa tavoittaa. (Sekki, 2018, ss.18–29, 62.) Marttojen muutaman kerran kotikäynnit eivät toki mahdollista laajaa kokonaiskuva perheiden tilanteista, mutta ne antavat arjen tarpeista lähtevän tukemisen mahdollisuuden.

Ongelmallisissa tilanteissa perheiden tulisi saada varhaista tukea arkeensa, jotta korvaavalta tuelta vältyttäisiin. Tutkimustuloksissa ilmeni, miten lapsiperheet kaipasivat konkreettista tukea arkeensa. Lisäksi oli aistittavissa, että kotikäynnit olivat vanhemmille voimaannuttava kokemus. Vanhemmat saivat jakaa arkeaan toisen aikuisen kanssa ja kokivat tulleen kuulluksi näiden kotikäyntien aikana. Tunne arjesta selviytymisestä muodostuu omien tavoitteiden ja voimavarojen tiedostamisesta sekä niiden sopeuttamisesta omaan elämäntilanteeseen (Haverinen, 1996, ss.103–106).

## 8 Luotettavuus

Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta lisää tarkka selostus tutkimuksen eri vaiheista, ja nämä vaiheet on kerrottava selkeästi ja totuudenmukaisesti (Hirsjärvi ym. 2004, ss.216–217). Tämän tutkimuksen teoreettinen viitekehys on kirjoitettu prosessimaisesti, ja olen pyrkinyt käyttämään aiheen kannalta keskeisiä lähteitä niin, että lähdeviitteet ovat relevantteja (Tuomi & Sarajärvi, 2003, s.19). Rakentaessani teoreettista viitekehystä olen perehtynyt eri näkökulmista arkea, perhettä, voimavaroja ja kotitaloustaitoja tutkiviin kirjoihin, väitöskirjoihin sekä pro gradu -tutkielmiin. Tutkimusaiheen valinta on eettinen kysymys. Näen tärkeänä aiheena lapsiperheiden arjen tukemisen, jotta arjen hallintataidot ja koko perheiden hyvinvointi lisääntyisivät.

Olen tutkijana pyrkinyt mahdollisimman suureen objektiivisuuteen. Ymmärrän kuitenkin oman taustani perheellisenä kotitalousopettajana vaikuttavan siihen, mitkä asiat näen merkityksellisenä, ja ymmärrän sen vaikuttaneen luomaani tutkimusasetelmaan sekä teoreettisen viitekehysten rakentamiseen. (Tuomi & Sarajärvi, 2018, s.25.) Tein tutkimukseni Marttaliiton toimeksiantona, ja olen tämän myös kertonut tutkimukseen osallistuneille. Tämä käy ilmi myös tutkimukseni lukijoille. Tämä sidonnaisuus ei ole vaikuttanut tutkimuksen luotettavuuteen, sillä olen tutkijana saanut itsenäisesti ratkaista tutkimusta koskevat valinnat. Objektiivisuus syntyy Eskolan ja Suorannan (2001, s.18) mukaan oman subjektiivisuuden tiedostamisesta.

Haastattelutilannetta ja aineiston keruuta on hyvä tarkastella luotettavuudesta käsin, sillä siihen vaikuttavat etukäteen tehty hyvä haastattelurunko, toimiva tekninen välineistö, tarkka litterointi ja tutkijan selonteko analyysin eri vaiheista (Hirsjärvi & Hurme, 2014, ss.184–189). Kotitalousasiantuntijat kertoivat tutkimuksesta kotikäyntiperheilleen ja antoivat heille kirjeeni (liite 1), jossa esitän haastattelupyynnön sekä kerron pro gradu -tutkielmani aiheesta. Perheiden suostuttua haastatteluun lähestyin heitä puhelimen välityksellä, ja kerroin tarkemmin tutkimuksestani. Kirjeessä sekä puhelinkeskustelussa kerroin tutkimukseen osallistumisen olevan vapaaehtoista ja henkilötietojen pysyvän salassa. Haastattelun alussa kerroin vielä uudelleen, ettei tutkimuksessa käy ilmi heidän nimiään, asuinpaikkaa tai mitään muutakaan tunnistamista helpottavia tietoja. Tutkimuksessa kuvaan kuitenkin haastateltavien arkea, sillä se on tärkeä osa tutkimuksen sisältöä. Tässäkin otan huomioon, että heitä ei tunnisteta. Huomioin eettisyyden myös aineistosta nostamieni sitaattien käytössä. Kotitalousasiantuntijat olivat hyvin edustettuina eri puolelta Suomea. Kotitalousasiantuntijoiden osalta en myöskään tuo esille

heidän toiminta-alueitaan, ikää tai muuta tunnistamista helpottavaa seikkaa. (Hirsjärvi & Hurme, 2014, ss.19–20, 101.)

Haastateltavat vanhemmat koostuivat kaikki parisuhteessa elävistä lapsiperheistä, joissa ainakin toinen puoliso kävi töissä. Kaikilla haastateltavilla oli ainakin yksi koulutus, ja he kävivät tai olivat käyneet töissä ennen lapsen saantia. Yhtä lukuun ottamatta kaikki haastateltavat olivat naisia, joten miesten kokemus jäi pienempään rooliin tämän tutkimuksen osalta. Itse en pystynyt vaikuttamaan haastateltavien valintaan, vaan otin mukaan kaikki ne vanhemmat, jotka suostuivat haastatteluun. Jokainen perhe oli erilainen omine arjen voimavaroineen ja haasteineen. Näen kuitenkin, että mikäli tutkimukseen osallistuneet perheet olisivat koostuneet monimuotoisemmista perheistä, olisi tutkimus saattanut saada eri sävyjä ja ulottuvuuksia.

Yhden haastattelun tein parihaastatteluna, jossa haastattelin molempia vanhempia yhtä aikaa. Parihaastattelu osoittautui haasteelliseksi kokemattomalle haastattelijalle. Vaikka yritin jakaa puheenvuoroja vuorotellen kummallekin vanhemmalle, litterointia tehdessä huomasin toisen osapuolen jääneen paitsioon. Koin vaikeaksi haastattelun aikana saada hiljaisemman osapuolen kokemuksia esille, koska toisella vanhemmalla oli tarve saada kokemuksensa kerrottua. Perttulan (2009) mielestä ihmisten elämäntilanteet eivät ole koskaan samanlaiset ja jokaisella ihmisellä on oma elämäntilanteensa. Tämän vuoksi olisin halunnut kuulla tasavertaisesti molempia vanhempia. (Perttula, 2009, s.138.)

Tämän tutkimuksen aikana olen pyrkinyt erottamaan omat käsitykseni ja näkemykseni aiheesta. Omat käsitykset nousevat kuitenkin esille jo taustateorian kuvauksessa, sillä tutkija vastaa siitä, mitä aineistoa tutkimuksessaan käyttää. Tutkijana olen perheiden ja kotitalousasiantuntijoiden kokemuksiin eläytyessäni ollut tietoinen siitä, että en voi kokea heidän alkuperäistä kokemustaan. Haastattelutilanteissa kohtasin haastateltavat vanhemmat heidän kotonaan, ja he kertoivat avoimesti myös oman arkensa haasteista. Itsekin lapsiperheellisenä olen eläytynyt näiden perheiden kokemuksiin ja tuntenut empatiaa ja myötätuntoa (Vrt. Kyrönlampi-Kylmänen, 2007, s.181). Gothónin (2000, ss.103–104) mukaan eläytyminen on kenttätutkimuksen perusedellytys. Koin tämän saman haastattelutilanteessa, että tilanne vaati myötäelämistä ja eläytymistä näiden perheiden kokemuksiin. Gothóni puhuu myös etäännyttämisestä, jolla hän tarkoittaa ihmisen älyllistä kykyä irtautua tilapäisesti tunne-elämästään ja lakata tuntemasta yhteenkuuluvuutta. Tämä on kaiken kriittisen tutkimuksen välttämätön edellytys. Gothóni (2000) näkee, että mikäli tutkija on sitoutunut aiheeseensa tunteenomaisesti, hänellä

voi olla ennalta määrätty tutkimusintressit, jotka ovat vakava este kriittiselle ja puolueetomalle tutkimukselle. (Gothóni, 2000, ss.103–104.)



## 9 Pohdinta

Perhe on yhteiskunnan perusrakenne, johon ovat vaikuttaneet yhteiskunnassa tapahtuneet rakenteelliset, taloudelliset, sosiaaliset ja kulttuuriset muutokset. Yhteiskunta koostuu monimuotoisista perheistä, joissa koetaan jokapäiväinen elämä hyvin monella tavalla. (Heinilä, 2009, s.159.) Arki on nyky-yhteiskunnassa aiempaa monimutkaisempaa, epävarmempaa ja vaikeammin hallittavaa, sillä toisella puolella maailmaa tapahtuvat asiat vaikuttavat myös meihin (Halinen & Järvinen, 2007, ss.6, 19). Vanhemmuus on vaativaa, erityisesti nykyisten moninaisten odotusten ja kiristyvän kilpailun yhteiskunnassa (Eskola, 2014, ss.3–4). Monimutkaistuvassa maailmassa perheet joutuvat tekemään koko ajan valintoja, jotka vaikuttavat heidän arkeensa.

Työn ja perheen yhteensovittamiseen liittyy lapsiperheissä hyvinvoinnin näkökulmasta kielteisiä jännitteitä. Kolmasosa vuonna 2012 lapsiperhekyselyyn vastanneista pienten lasten vanhemmista koki, että heillä on työnsä takia usein tai jatkuvasti liian vähän aikaa lapsille. Useat tutkimukset sekä Suomesta että muista maista osoittavat työn ja perheen asettavan toisilleen ristiriitaisia ajankäyttövaatimuksia. Vanhemmat kertoivat laiminlyövänsä kotiasioita töittensä takia ja kokivat haasteita työn ja vanhemmuuden yhdistämisessä. (Salmi & Lammi-Taskula, 2014, ss.40–42.)

Pitkällä aikavälillä pienituloisuus on lisääntynyt erityisen selvästi monilapsisissa ja yhden huoltajan perheissä (Salmi & Lammi-Taskula & Sauli, 2014, ss.102–103). Paanasen & Gisslerin (2014, s.209) mukaan perheen taloudelliset ongelmat ovat kiinteästi yhteydessä lasten myöhempään hyvinvoinnin ja mielenterveyden ongelmiin. Salmi, Lammi-Taskula ja Sauli (2014) näkevät, että lapsiperheiden köyhyyttä voidaan vähentää parantamalla heille tarkoitettujen tulosiirtojen tasoa, helpottamalla edelleen sosiaaliturvan ja pienten ansiotulojen yhteensovittamista sekä keventämällä pienten tulojen verotusta. Heidän mukaansa investoinnit lapsiperheiden toimeentuloon maksavat itsensä takaisin vähentäessään niin yhteiskunnalle kuin yksilöille kalliiksi tulevaa köyhyyden periytymistä ja syrjäytymisriskien lisääntymistä. (Salmi & Lammi-Taskula & Sauli, 2014, ss.102–103.)

Hyvinvointierojen ja syrjäytymisen juuret ovat usein varhaisemmissa elämänvaiheissa, jonka vuoksi hyvinvointia tulisi tukea varhain. Paanasen ja Gisslerin (2014) mukaan geneettinen perimä yhdessä kasvuolosuhteiden ja ympäröivän yhteiskunnan kanssa muokkaa ihmistä. Sukupolvelta toiselle siirtyy henkisiä, sosiaalisia, aineellisia ja kult-

tuurisia elämänhallinnan voimavaroja. (Paananen & Gissler, 2014, ss.208–209.) Meidän aikana yksiöllisyys näkyy hyvin vahvana ja lapsiperheet joutuvat usein pärjäämään ilman sosiaalisia tukiverkkoja. Tämän vuoksi taidot eivät aina siirry sukupolvilta toisille. (Raijas, 2005, s.87.)

Lapsiperheet tarvitsevat moninaisia palveluja selviytyäkseen arjesta, ja perheen hyvinvoinnin toteutumiseen tarvitaan perheen omien voimavarojen lisäksi yksityisen, julkisen ja kolmannen sektorin tukea (Raijas 2014, s.107). Perheet tarvitsevat riittävästi taloudellisia ja inhimillisiä resursseja sekä ennakoitavaa ja turvallista arkea. Arki, joka mahdollistaa lisäksi lasten ja nuorten osallisuuden, on lasten ja nuorten hyvän mielenterveyden kasvualusta. (Santalahti & Marttunen, 2014, s.192.) Kotiin annetun tuen on nähty vahvistavan myönteistä vanhemmuutta ja vähentävän lasten myöhäisempiä mielenterveys- ja käytösongelmia. Eskola (2014) kehottaa kohdistamaan tukitoimia riittävän varhain ja laaja-alaisena kotiin, neuvolatoimintaan, varhaiskasvatukseen ja kouluun. (Eskola, 2014, ss.3–4.)

Uuden sosiaalihuoltolain avulla on vahvistettu ehkäisevien perhepalvelujen osuutta. Sen mukaan kotipalvelua on järjestettävä yleisenä perhepalveluna. Kotipalvelua tulee antaa perheille, jotka tarvitsevat apua perhe- tai elämäntilanteensa perusteella, kuten esimerkiksi sairauden, synnytyksen, uupumisen, vamman tai muun syyn vuoksi. Toimintamuodon tavoitteena on perheiden omien voimavarojen sekä arjen hallinnan vahvistaminen. (Juurikkala & Kaikko, 2016, ss.7–10.) Kuntien ja tulevien maakuntien tulee huolehtia siitä, että uusi sosiaalihuoltolaki otetaan käytäntöön.

Kolmannella sektorilla on tärkeä rooli lapsiperheiden arjen tukemisessa, ongelmien ehkäisemisessä ja uusien toimintamallien kehittämisessä. Järjestöjen etuna on mahdollisuus nostaa keskusteltavaksi ajankohtaisia kysymyksiä, kehittää uusia toimintatapoja ja reagoida nopeasti muuttuviin tilanteisiin. (Kananoja, 2017, ss.97–101.) Tulevasta maakuntamallista huolimatta tulee nähdä kolmannen sektorin tärkeä rooli perheiden hyvinvoinnin edistämisessä. Järjestöjä tulisi tukea jatkossakin avustuksilla, tarjota järjestöille tiloja ja ohjata kuntalaisia järjestöjen toiminnan piiriin (Järjestöjen asema sote- ja maakuntamallissa, 2018).

Tämä tutkimus keskittyi lapsiperheisiin ja heidän arkensa tukemiseen. Ymmärrys lapsiperheiden arjesta auttaa kehittämään perhelähtöisempiä tukimuotoja. Arkielämän tutkimus lisää Korvelan ja Röngän (2014, s.214) mukaan ymmärrystä arkitoiminnasta ja sen merkityksestä perheiden hyvinvoinnille. Kotitaloustieteen vahvuutena on Janho-

nen-Abruquahin (2012, s.139) mielestä sen pyrkimys parantaa arkielämän käytäntöjä kotitalousnäkökulmasta. Siinä jokainen kotitalous nähdään omana kokonaisuutenaan ja toiminnan arviointi ja kehittäminen perustuvat taloudellisten tekijöiden ohella ennen kaikkea sosiaalisiin, kasvatuksellisiin ja toiminnallisiin tekijöihin, joiden kautta eri tekijöiden välinen vuorovaikutus nousee keskeiseen asemaan. Kotitalouden toiminnassa tunnistetaan sen kompleksisuus, sillä se on täynnä erilaisten tekijöiden ja henkilöiden kautta muodostuvia ristiriitoja. (Turkki, 1999, s.177.)

Tämä tutkimus keskittyi tuomaan esille lapsiperheiden arkeen vaikuttavia yhteiskunnallisia ja sosiaalisia sekä taloudellisia tekijöitä erilaisten tutkimusten ja kirjallisten lähteiden pohjalta. Useissa tutkimuksissa oli noussut esiin lapsiperheiden arjen tukemisen merkitys ja tärkeys. Tässä työssä tätä lapsiperheiden arjen tukemisen merkitystä tutkittiin haastattelemalla Marttaliiton tukitoiminnassa mukana olleilta perheiltä ja asiantuntijoilta heidän kokemuksiaan saadusta ja annetusta avusta. Saatujen tulosten mukaan lapsiperheiden arkea kannattaa tukea niin kotitalousneuvonnan ja kotitalousasiantuntijan käynneillä kuin muillakin eri järjestöjen sekä yhteiskunnan tuottamilla tukitoimilla varhaisen tuen mallia painottaen. Jatkotutkimuksille tästä aiheesta olisi todella tarvetta. Arjenhallinnan tunteen on todettu lisäävän perheiden hyvinvointia. Mielenkiintoista olisi jatkossa tutkia perheiden sisäisten ja ulkoisten arjen hallintataitojen kehittymistä kotikäyntien myötä. Tämä edellyttäisi sitä, että haastateltavat perheet saisivat enemmän kuin yhden kotikäynnin.

## Lähteet

- Aalto, K. (2014). Arjen rytmit perhe elämän muutoskohdissa 1979-2009. Teoksessa P. Korvela & T. Tuomi-Gröhn (toim.), *Arjen rakentuminen ja rytmit perhe-elämän käännekohdissa* (ss.46–75). Tampere: Kuluttajatutkimuskeskus.
- Aaltonen, T. & Leimumäki, A. (2010). Kokemus ja kerronnallisuus -kaksi luentaa. Teoksessa J. Ruusuvuori, P. Nikander & M. Hyvärinen (toim.), *Haastattelun analyysi* (ss.119–179). Tampere: Vastapaino.
- Aaltonen, K. & Varjonen, J. (2008). Koti -tekemistä vai olemista varten? Teoksessa Lammi, M. & Timonen, P. (toim.), *Koti - tehtävistä uusiin ihanteisiin*. Kuluttajatutkimuksen kirjoja 4 (ss.91–103). Tampere: Tampereen yliopisto.
- Alastalo, M. & Åkerman, M. (2010). Asiantuntijahaastattelun analyysi: Faktojen jäljillä. Teoksessa J. Ruusuvuori, P. Nikander & M. Hyvärinen (toim.), *Haastattelun analyysi* (ss.372–392). Tampere: Vastapaino.
- Alastalo, M., Åkerman, M. & Vaitinen, T. (2017). Asiantuntijahaastattelu. Teoksessa M. Hyvärinen, P. Nikander & J. Ruusuvuori (toim.), *Tutkimushaastattelun käsikirja* (ss.214–232). Tampere: Vastapaino.
- Alhanen, K. (2014). *Vaarantunut suojeluvalta. Tutkimus lastensuojelun uhkatekijöistä*. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Tampere: Juvenes Print.
- Anttila, P. (2007). Taidon taitaminen. Teoksessa H. Kotila, A. Mutanen & M.V. Volanen (toim.), *Taidon tieto* (ss.77–96). Helsinki: Edita.
- Aulanko, M. (2009). Arjen pyöritys ja kotitaloustyö. Teoksessa H. Janhonen-Abruquah (toim.), *Kodin arki* (ss.87–102). Kotitalous- ja käsityötieteiden laitoksen julkaisuja 19. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Denzin, N.K. & Lincoln, Y.S. (2011). Introduction: The Discipline and Practice of Qualitative Research. Teoksessa N.K. Denzin & Y.S. Lincoln (toim.), *The SAGE Handbook of Qualitative Research* (ss.1–19). London: SAGE.
- Eskola, J. Esipuhe. (2014). Teoksessa J. Lammi-Taskula & S. Karvonen (toim.), *Lapsiperheiden hyvinvointi 2014* (ss.3–4). Tampere: Juvenes Print.
- Eskola, J. & Suoranta, J. (2001). *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere: Vastapaino.
- Felski, R. (1999/2000). The Invention of Everyday life. *New Formations*. 39, 13–31.
- Forsberg, H. (2003). Johdanto: Kriittistä näkökulmaa jäljittämässä. Teoksessa H. Forsberg & R. Nätkin (toim.), *Perhe murroksessa. Kriittisen perhetutkimuksen jäljillä*. (ss.7–15). Helsinki: Gaudeamus.
- Gothóni, R. (2000). *Uskontojen uustulkintaa*. Helsinki: Helsingin yliopisto.

- Halinen, I. & Järvinen, R. (2007). Tulevaisuuskasvatus -passi tulevaisuuteen. Opetushallitus ISBN 978-952-13-3434-4.
- Haveri, M. (2009). Teknologia kotitalouksien arjessa. Teoksessa H. Janhonen-Abruquah (toim.), *Kodin arki* (ss.47–67). Kotitalous- ja käsityötieteiden laitoksen julkaisuja 19. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Haverinen, L. (1996). *Arjen hallinta kotitalouden toiminnan tavoitteena. Kotitalouden toiminnan filosofista ja teoreettista tarkastelua*. Helsingin yliopiston opettajankoulutuslaitos. Tutkimuksia 164. Helsinki: Hakapaino.
- Haverinen, L. (2008.) Kotitaloustaidot ja arjen hallinnan kehittäminen. *Futura* 1 (08), 18–26.
- Haverinen, L. (2009.) *Johdatus kotitalouden taitopedagogiikkaan -kertomukset kotitalouden hiljaisen tiedon tulkkina*. Kotitalous- ja käsityötieteiden julkaisuja 18. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Haverinen, L. & Saarilahti, M. (2009). Arjen hallinnasta arjen vastuuseen? Näkökulmia ja sovelluksia arjen hallinta -käsitteestä. Teoksessa H. Janhonen-Abruquah (toim.), *Kodin arki* (ss.69–86). Kotitalous- ja käsityötieteiden laitoksen julkaisuja 19. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Heinilä, H. (2007). *Kotitaloustaidon ulottuvuuksia. Analyysi kotitaloustaidosta eksistentiaalis-hermeneuttisen fenomenologian valossa*. Kotitalous- ja käsityötieteiden laitoksen julkaisuja 16. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Heinilä, H. (2009). How domestic skills turn out to be the art of everyday life: Phenomenological attitude as a research method in the field of home economics. *Family and Consumer Sciences Research Journal*. 38 (2), 158–167.
- Heino, L. (2011). Keskellä arjen kaaosta. Teoksessa S. Fågel & M. Jonsson & P. Korvela & A. Kupiainen (toim.), *Arki haltuun sekvenssimenetelmä perhetyössä* (ss. 19–41). Helsinki: Vammalan Kirjapaino Oy.
- Heino, T. (2008). *Lastensuojelun avohuolto ja perhetyö: kehitys, nykytila, haasteet ja kehittämisehdotukset*. Työpapereita 9 / 2008. Helsinki: Stakes.
- Heino, T., Salmi, M. & Bardy, M. (2001). Lamaleikkaukset, hallinnon uudistukset ja ideologiset murrokset. Teoksessa M. Bardy, M. Salmi & T. Heino (toim.), *Mikä lapsiamme uhkaa. Suuntaviivoja 2000-luvun lapsipoliittiseen keskusteluun* (ss.97–118). Saarijärvi: Gummerus
- Heinonen, V. (1998). *Talonpoikainen etiikka ja kulutuksen henki: kotitalousneuvonnasta kuluttajapolitiikkaan 1900-luvun Suomessa*. Helsinki: Suomen historiallinen seura.
- Heller, A. (1984). *Everyday Life*. London: Routledge & Kegan Paul.
- Helsingin Sanomat 22.2.2018. Osa lapsista putoaa hyvinvoinnin kyydistä. Kotimaa A 14.
- Hiilamo, H., Kangas, O., Manderbacka, K., Mattila-Wiro, P., Mikko Niemelä, M. & Vuorenkoski, L. (2010). *Hyvinvoinnin turvaamisen rajat. Näköaloja talouskriisiin ja hyvinvointivaltion kehitykseen Suomessa*. Helsinki: Kansaneläkelaitos.

- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. (2014). *Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Tallinna: Gaudeamus.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. (2004). *Tutkija kirjoita*. (10. osin uudistettu laitos.) Helsinki: Tammi.
- Horelli, L. & Haverinen, E. (2008). Tiedostava läsnäolo arjen hallinnan kriteerinä. *Psykologia*, 43 (2), 95–108.
- Hurtig, J. (2003). *Lasta suojelemassa: etnografia lasten paikan rakentumisesta lastensuojelun perhetyön käytännöissä*. Rovaniemi: Lapin yliopisto.
- Hyry, K. (2015). Kun tutkimusmatkan suunta muuttui. *Yhteiskuntapolitiikka*, 80 (5), ss.523–528.
- Hyvärinen, M., Nikander, P. & Ruusuvuori, J. (2017) *Tutkimushaastattelun käsikirja*. (5. painos.) Tampere: Vastapaino.
- Jallinoja, R. (2000). *Perheen aika*. Keuruu: Otava.
- Jallinoja, R., Hurme, H. & Jokinen, K. (2014). Johdanto. Teoksessa R. Jallinoja, H. Hurme & K. Jokinen (toim.), *Perhetutkimuksen suuntauksia* (ss.7–17). Tallinna: Gaudeamus.
- Janhonen-Abruquah, H. (2010). *Gone with the Wind?: Immigrant Women and Transnational Everyday Life in Finland*. Kotitalous- ja käsityötieteiden julkaisuja 24. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Janhonen-Abruquah, H. (2012). Everyday Life of Families in the Global Word. Teoksessa D. Pendergast, S. McGregor & K. Turkki (toim.), *Creating home economics futures. The next 100 years* (ss.132–142). Bowen Hills QLD: Australian Academic Press.
- Jokinen, E. (2005). *Aikuisten arki*. Helsinki: Gaudeamus.
- Jokinen, E. (2016). Precarious everyday agency. *European Journal of Cultural Studies*. 19 (1), 85–99.
- Juurikkala, K. (2018). Suullinen tiedonanto 7.2.2018.
- Juurikkala, V. & Kaikko, K. (2016). Lapsiperheiden kotiin annettavat palvelut. Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 1.3.2018 <https://stm.fi/documents/1271139/3616164/Juurikkala+Lapsiperheiden+kotiin+annettavat+palvelut.pdf/ba264e11-0ca8-43f1-91cd-31ffe0ca596c/Juurikkala+Lapsiperheiden+kotiin+annettavat+palvelut.pdf.pdf>
- Järjestöjen asema sote- ja maakuntamallissa. 2018. Hallituksen esitys asiakkaan valinnanvapaudesta sosiaali- ja terveydenhuollossa 8.3.2018. Maakunta- ja sote-uudistus. Valtioneuvosto. Viitattu 1.4.2018 [http://alueuudistus.fi/documents/1477425/4784663/Faktalehti\\_j%C3%A4rjest%C3%B6jen+asema+sote-+ja+maakuntauudistuksessa\\_9\\_2017.pdf/8044864a-88af-4759-8312-afa20071f370](http://alueuudistus.fi/documents/1477425/4784663/Faktalehti_j%C3%A4rjest%C3%B6jen+asema+sote-+ja+maakuntauudistuksessa_9_2017.pdf/8044864a-88af-4759-8312-afa20071f370)

- Kaartti, N. & Korvela, P. (2014). Aika-ja perhekäsitykset ruuhkavuosien määrittäjinä. Teoksessa P. Korvela & T. Tuomi-Gröhn (toim.), *Arjen rakentuminen ja rytmit perhe-elämän käännekohdissa* (ss.146–167). Helsinki: Kuluttajatutkimuskeskus.
- Kananoja, A. (2017). Kansalaistoiminta osana sosiaalipolitiikkaa. . Teoksessa A. Kananoja, M. Lähteinen & P. Marjamäki (toim.), *Sosiaalityön käsikirja* (ss.94–114). 4 uudistettu laitos). Tallinna: Printon.
- Kananoja, A. (2018). *Selvityshenkilön arvio lastensuojelun henkilöstön riittävydestä ja ratkaisuehdotukset kuormituksen vähentämiseksi*. Sosiaali- ja terveysministeriö.
- Kinnunen, U. & Mauno, S. (2002). Työ ja perhe-elämä vanhempien ja lasten näkökulmasta. Teoksessa A. Rönkä & U.Kinnunen (toim.), *Perhe ja vanhemmuus. Suomalainen perhe-elämä ja sen tukeminen* (ss.99–118). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kivimäki, R. (2003). Perhe tuli työelämään. Teoksessa H. Forsberg & R. Nätkin (toim.), *Perhe murroksessa. Kriittisen perhetutkimuksen jäljillä* (ss.186–201). Helsinki: Gaudeamus.
- Kiviniemi, K. (2013). Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa J. Aaltola & R. Valli (toim.), *Ikkunoita tutkimusmetodeihin II* (ss.70–85). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Korkiakangas, M. (2005). *Perheen voimavaroja etsimässä. Tapauksittainen asiakaslähtöistä työorientaatioista lastensuojelun perhetyössä*. Nuorten ystävät ry. Raportteja 6/2005. Oulu: Multiprint Oy.
- Korvela, P. (2003). *Yhdessä ja erikseen. Perheenjäsenten kotona olemisen ja tekemisen dynamiikka*. Tutkimuksia 130. Helsinki: Stakes.
- Korvela, P. (2011). Arki, päivärytmi ja sekvenssit - Miten käsitteellistää arkea ja kotia? Teoksessa S. Fågel & M. Jonsson & P. Korvela & A. Kupiainen (toim.), *Arki haluttuun –sekvenssimenetelmä perhetyössä* (ss.219–223). Helsinki: Väestöliitto.
- Korvela, P. (2014). Arjen rakentumisen ja rytmien kokoavaa tarkastelua. Teoksessa P. Korvela & T. Tuomi-Gröhn (toim.), *Arjen rakentuminen ja rytmit perhe-elämän käännekohdissa* (ss.318–341). Kuluttajatutkimuskeskuksen kirjoja 9. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Korvela, P., Holmberg, M., Jonsson, M. & Kupiainen, A. (2009). Ajelehtivasta ankkuroituun arkeen – arkirytmien muuttamisen tukeminen perhetyössä sekvenssi-karttamenetelmällä. Teoksessa H. Janhonen-Abruquah (toim.), *Kodin arki*. (ss.103–120). Kotitalous-ja käsityötieteiden laitoksen julkaisuja 19. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Korvela, P. & Kaartti, N. (2014). Arjen joustava rakentuminen ruuhkaisia vuosia elävissä perheissä. Teoksessa P. Korvela & T. Tuomi-Gröhn (toim.), *Arjen rakentuminen ja rytmit perhe-elämän käännekohdissa* (ss.168–186). Helsinki: Kuluttajatutkimuskeskus.
- Korvela, P. & Keskinen, H. (2008). From Surviving to Reconciling Home and Work: An Activity –Theoretical study on the Changing Everyday Life of Families. Teoksessa T. Tuomi-Gröhn (toim.), *Reinventing art of Everyday making* (ss.241–270). Bern: Peter Lang Publishing Group.

- Korvela, P., Saarilahti, M. & Sekki, S. (2014). Arjen rytmin muuttaminen -uuden työta-  
van kehittäminen perhetyöhön. Teoksessa P. Korvela & T. Tuomi-Gröhn (toim.)  
*Arjen rakentuminen ja rytmit perhe-elämän käännekohdissa*. (ss. 190–210). Hel-  
sinki: Kuluttajatutkimuskeskus.
- Korvela, P. & Tuomi-Gröhn, T. (2014). Teoksen tausta ja tutkimustehtävät. Teoksessa  
P. Korvela & T. Tuomi-Gröhn (toim.), *Arjen rakentuminen ja rytmit perhe-elämän  
käännekohdissa* (ss.10–29). Helsinki: Kuluttajatutkimuskeskus.
- Korvela, P. & Rönkä, A. (2014). Arkielämän näkökulma perheeseen. Teoksessa R. Jal-  
linoja, H. Hurme & K. Jokinen (toim.), *Perhetutkimuksen suuntauksia* (ss.192–  
214). Tallinna: Gaudeamus.
- Krok, S. (2009). *Hyviä äitejä ja arjen pärjääjiä. yksinhuoltajia marginaalissa*. Akateemi-  
nen väitöskirja. Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta. Tampere: Tampereen yliopis-  
to.
- Kuivakangas, J. (2002). Kuuluuko ääni, löytyykö keinot? Lähtökohtia lasten pahoin-  
voinnin tarkasteluun. Teoksessa A. Rönkä & U.Kinnunen (toim.), *Perhe ja van-  
hemmuus. Suomalainen perhe-elämä ja sen tukeminen* (ss.30–50). Jyväskylä:  
PS-kustannus.
- Kupiainen, A. & Holmberg, M. (2011). Arki haltuun sekvenssimenetelmällä. Teoksessa  
S. Fågel & M. Jonsson & P. Korvela & A. Kupiainen (toim.), *Arki haltuun –  
sekvenssimenetelmä perhetyössä* (ss.43–63). Helsinki: Väestöliitto.
- Kyrönlampi-Kylmänen, T. (2007). *Arki lapsen kokemana. eksistentiaalis-  
fenomenologinen haastattelututkimus*. Akateeminen väitöskirja. Rovaniemi: Lapin  
yliopisto.
- Lammi-Taskula, J. & Karvonen, S. (2014). Johdanto. Teoksessa J. Lammi-Taskula &  
S. Karvonen (toim.) *Lapsiperheiden hyvinvointi 2014* (ss.13–22). Terveiden ja  
hyvinvoinnin laitos. Tampere: Juvenes Print.
- Lindfors, E. (2011). Hyvä arki lasten ja nuorten arvioimana. Teoksessa P. Marjanen &  
E. Lindfors (toim), *Lapsen ja nuoren hyvä arki* (ss.18–37). Helsinki: Edita Prima.
- Lähteinen, M. & Hämeen-Anttila, L. (2017). Sosiaalihuollon lainsäädäntö. Teoksessa A.  
Kananoja, M. Lähteinen & P. Marjamäki (toim.), *Sosiaalityön käsikirja* (ss.48–93).  
4 uudistettu laitos. Tallinna: Printon.
- Lähteinen, M. & Kaikko, K. (2017). Järjestöt ja yritykset sosiaalipalvelujen tuottajina.  
Teoksessa A. Kananoja, M. Lähteinen & P. Marjamäki (toim.), *Sosiaalityön käsi-  
kirja* (ss.103–114). 4 uudistettu laitos. Tallinna: Printon.
- Marttinen, R. (2011). *Marttaneuvoja – kotien moniosaaja*. Vaasa: Fram.
- Maunula, M. (2014). *Perheellisen naistohtoriopiskelijan arki, elämänkulku ja tulevai-  
suusajattelu*. Jyväskylän yliopisto. Akateeminen väitöskirja. Kasvatustieteiden  
tiedekunta. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Miettinen, A. & Rotkirch, A. (2012). *Yhteistä aikaa etsimässä. Lapsiperheiden ajankäyt-  
tö 2000-luvulla*. Väestöntutkimuslaitos. Katsauksia E42. Vammala: Vammalan  
Kirjapaino.



- Moisio, E. & Huuhtanen, H. (2007). *Arki hallussa? Suomalaisten asiantuntijoiden näkemyksiä työstä, perheestä ja vapaa-ajasta vuonna 2015*. Delfoi-paneelin tuloksia. Työterveyslaitos. Työ ja ihminen. Tutkimusraportti 31 Tampere: Tampereen yliopisto.
- Myllyniemi, S. (2015). Johdanto. Teoksessa S. Myllyniemi (toim.), *Arjen jäljillä. Nuorisobarometri 2015* (ss.5–6). Nuorisoiasiain neuvottelukunnan julkaisuja 54. Opetus- ja kulttuuriministeriö. Grano Multiprint.
- Myllykangas, M. (2003). *Kohti pedagogista arviointiajattelua. Oppilasarviointiajattelun ja arviointikäytäntöjen kehittäminen kotitalousopetukseen*. Väitöskirja. Kotitalous- ja käsityötieteiden laitos. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Paananen, R. & Gissler, M. (2014). Hyvinvointi ulottuu yli sukupolvien. Teoksessa J. Lammi-Taskula & S. Karvonen (toim.), *Lapsiperheiden hyvinvointi 2014* (ss.208–214). Terveysten- ja hyvinvoinnin laitos. Tampere: Juvenes Print.
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative research and evaluation methods*. (3. painos.) Thousand Oaks: Sage.
- Pihlaja, R. (2010). *Kolmas sektori maaseutukunnissa*. Helsingin yliopisto Ruralia-instituutti Maaseutupolitiikan yhteistyöryhmä, kansalaisjärjestöteemaryhmä Kunnallisanalan kehittämissäätiö. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Pelkonen, M. (1994). *Lapsiperheiden voimavarat ja niiden vahvistaminen hoitotyön keinoin*. Akateeminen väitöskirja. Hoitotieteen laitos. Kuopio: Kuopion yliopisto.
- Perttula, J. (2009). Kokemus ja kokemuksen tutkimus: fenomenologisen erityistieteen tieteenteoria. Teoksessa J. Perttula & T. Latomaa (toim.), *Kokemuksen tutkimus. Merkitys–tulkinta ja ymmärtäminen* (ss.115–162). Rovaniemi: Lapin yliopisto.
- Peräkylä, A. & Ruusuvuori, J. (2011). Analyzing Talk and Text. Teoksessa N.K. Denzin & Y.S. Lincoln (toim.), *The SAGE Handbook of Qualitative Research* (ss. 529–543). London: Sage.
- Pulkkinen, L. (2018). Kohti yhteistä lapsikäsitystä. Terveysten- ja hyvinvoinnin laitos. Työpaperi 12/2018. Viitattu 23.7.2018. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-086-0>
- Raijas, A. (2014). Rahan ja ajan käytön muutokset nuoren lapsiperheen arjen hyvinvoinnin toteutumisen näkökulmasta. Teoksessa P. Korvela & T. Tuomi-Gröhn (toim.), *Arjen rakentuminen ja rytmit perhe-elämän käännekohdissa* (ss.104–125). Kuluttajatutkimuskeskuksen kirjoja 9. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Raijas, A. (2005). Kotitalouden voimavarat ja niiden hallinta. Teoksessa V.Heinonen, A.Raijas, K.Hyvönen, J.Leskinen, M.Litmila, M.Pantzar, T. Römer-Paakkanen & P.Timonen. (toim.), *Kuluttaja ekonomia. Kotitalous ja kulutus* (ss.69–100). Helsinki: Wsoy.
- Rapley, T. (2004). Interviews. Teoksessa C., Seale, G., Gobo, J.F, Gubrium & D., Silverman (Eds.), *Qualitative Research Practice* (ss.15–33). London & Thousand Oaks: Sage.

- Rautavirta, K. (2010). *Petusta pitsaan: Ruokahuollon järjestelyt kriisiaikojen Suomessa*. Väitöskirja. Elintarviketieteiden laitos. Ravitsemustiede. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Repo, K. (2009). *Lapsiperheiden arki– Näkökulmina raha, työ ja lastenhoito*. Akateeminen väitöskirja. Sosiaalitutkimuksen laitos. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Ronkainen, S., Pehkonen, L., Lindblom-Ylänne, S. & Paavilainen, E. (2013). *Tutkimuksen voimasanat*. Helsinki: Sanoma Pro.
- Rubin, A. (2010). *Muuttuvan ajan muuttuvat haasteet. Mihin tulevaisuudentutkimuksen opetuksessa tulisi kiinnittää huomiota?* TVA julkaisuja 1/2010. Tulevaisuudentutkimuksen Verkostoakatemia.
- Ruusuvuori, J. (2010). Litteroijan muistilista. Teoksessa J. Ruusuvuori, P. Nikander & M. Hyvärinen (toim.), *Haastattelun analyysi* (ss.424–431). Tampere: Vastapaino.
- Ruusuvuori, J., Nikander, P. & Hyvärinen, M. (2010). Haastattelun analyysivaiheet. Teoksessa J. Ruusuvuori, P. Nikander & M. Hyvärinen (toim.), *Haastattelun analyysi* (ss.9–36). Tampere: Vastapaino.
- Ruusuvuori, J. & Nikander, P. (2017). Haastatteluaineiston litterointi. Teoksessa Teoksessa M.Hyvärinen, P. Nikander & J. Ruusuvuori (toim.), *Tutkimushaastattelun käsikirja* (ss.11–45). Tampere: Vastapaino.
- Rönkä, A. & Kinnunen, U. (2002). Johdanto. Teoksessa A. Rönkä & U. Kinnunen (toim.), *Perhe ja vanhemmuus. Suomalainen perhe-elämä ja sen tukeminen* (ss.4–10). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Sailio, M. (2014). Rahanjaon muodot ja niiden merkitykset lapsiperheiden arjen rakentumisessa. Teoksessa P. Korvela & T. Tuomi-Gröhn (toim.), *Arjen rakentuminen ja rytmit perhe-elämän käännekohtissa* (ss. 126–143). Kuluttajatutkimuskeskuksen kirjoja 9. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Salmi, M. (2004). Arkielämä kokoaa yhteen työn ja perheen. Teoksessa M. Salmi & J. Lammi-Taskula (toim.), *Puhelin, mummo vai joustava työaika?* (ss.11–28). Saarijärvi: Gummerus.
- Salmi, M. & Lammi-Taskula, J. (2014). Lapsiperheiden vanhemmat työelämässä. Teoksessa J. Lammi-Taskula & S. Karvonen (toim.), *Lapsiperheiden hyvinvointi 2014* (ss.26–35). Tampere: Juvenes Print.
- Salmi, M. & Lammi-Taskula, J. & Sauli, H. (2014). Lapsiperheiden toimeentulo. Teoksessa J. Lammi-Taskula & S. Karvonen (toim.), *Lapsiperheiden hyvinvointi 2014* (ss. 82–104). Tampere: Juvenes Print.
- Salo, U-M. (2015). Simsalabim, sisällönanalyysi ja koodaamisen haasteet. Teoksessa S., Aaltonen & R., Högbäck (toim.), *Umpikujasta oivallukseen. Refleksiivisyys empiirisessä tutkimuksessa* (ss.166–190). Tampere: Tampereen yliopisto.
- Santalahti, P. & Marttunen, M. (2014). Lasten ja heidän vanhempiensa mielenterveys. Teoksessa J. Lammi-Taskula & S. Karvonen (toim.), *Lapsiperheiden hyvinvointi 2014* (ss.184–194). Tampere: Juvenes Print.

- Sekki, S. & Korvela, P. (2014). Rytmihäiriöitä lapsiperheen arjessa –arjen rytmittämisen haasteet ajelehtivassa arjessa. Teoksessa P. Korvela & T. Tuomi-Gröhn (toim.), *Arjen rakentuminen ja rytmit perhe-elämän käännekohtissa* (ss. 211–232). Kuluttajatutkimuskeskuksen kirjoja 9. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Sekki, S. (2018). *Arki perhetyön kohteena: Tutkimus uuden työtavan kokeilusta Arki Haltuun — hankkeessa*. Akateeminen väitöskirja. Kasvatustieteellinen tutkimus Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Sevon, E. & Notko, M. (2008). Perhesuhteiden omalakisuus. Teoksessa E. Sevon & M. Notko (toim.), *Perhesuhteet puntarissa* (13–26). Tampere: Tammer-paino.
- Sihvola, J. (1992). Kreikkalainen filosofia ja käytännöntaidot. Teoksessa I. Halonen, T. Airaksinen & I. Niiniluoto (toim.), *Taito* (ss.11–34.) Helsinki: Suomen filosofinen yhdistys.
- STM (2013). *Lapsi- ja perhepolitiikka Suomessa*. Sosiaali- ja terveystieteiden esitteitä 9. Tampere: Juvenes Print.
- Suomen virallinen tilasto (2017): *Perheet*. Helsinki: Tilastokeskus.
- Suorsa, T. (2011). Kokemuksen yksilöllisyys, yhteisyys ja yhteiskunnallisuus. Subjektitieteellisestä kokemustutkimuksesta. Teoksessa T. Latomaa & T. Suorsa (toim.), *Kokemuksen tutkimus II. Ymmärtävän psykologian syntyhistoriaa ja kehityslinjoja* (ss.174–231). Tampere: Juvenes Print.
- Tuomi-Gröhn, T. (2009). Kodin arki ja arjen taidot tutkimuskohteena. Teoksessa H. Janhonen-Abruquah (toim.), *Kodin arki* (ss.147–156). Kotitalous- ja käsityötieteiden laitoksen julkaisuja 19. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2003) *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Helsinki: Tammi.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Helsinki: Tammi.
- Turkki, K. (1999). *Kotitalousopetus tienhaarassa. Teknisistä taidoista kohti arjen hallintaa*. Julkaisuja 2. Helsinki: Helsingin yliopiston kotitalous- ja käsityötieteiden laitos.
- Turkki, K. (2015). Envisioning Literacy to Promote Sustainable Wellbeing: HomeEconomics Perspectives. Teoksessa V.W.Thoresen, R.J.Didham, J.Klein & D.Doyle (toim.), *Responsible Living : Concepts, Education and Future Perspectives* (ss.151–178). Heidelberg: Springer International Publishing AG.
- Törrönen, M. (2012) *Onni on joka päivä: lapsiperheen arki ja hyvinvointi*. Helsinki: Gaudeamus.
- Westermarck, H. (2014). *Asiantuntija muutosagenttina. Neuvontaopin menestystarina Helsingin yliopistossa 1968-2015*. Taloustieteen laitos. Helsinki: Helsingin yliopisto.

## Liitteet

### LIITE 1 Kirje kotikäynti perheille

Hei!

Opiskelen kotitaloustiedettä Helsingin yliopistossa ja olen tekemässä pro gradu- tutkielmaa lapsiperheiden arjesta. Tutkimukseni tarkoitus on tarkastella Marttojen kotikäyntien vaikuttavuutta lapsiperheiden arkeen.

Teillä on käynyt Martoilta kotitalousasiantuntija kotonanne. Haastattelen tutkimustani varten lapsiperheitä, joilla on kokemuksia Marttojen kotitalousasiantuntijoiden tekemistä kotikäynneistä. Toivon, että voisitte osallistua tähän tutkimukseen ja kertoa mielipiteenne kotikäyntien merkityksestä teidän perheellenne. Tutkimukseen voi osallistua perheestänne 1-2 aikuista. Haastattelut tehdään kevään ja kesän 2018 aikana esimerkiksi kotonasi tai jossain muualla teille sopivassa paikassa. Haastattelu kestää puolesta tunnista tuntiin. Haastatteluaineistoa tullaan käyttämään vain tutkimustarkoituksiin ja haastateltavien henkilöllisyys sekä haastattelu paikkakunta tulee säilymään anonyymina koko tutkimuksen ajan. Äänitän haastattelut, mutta hävitän tallenteet tutkimuksen valmistuttua.

Toivottavasti olet kiinnostunut jakamaan kokemuksiasi, sillä kertomalla kokemuksesi tuot arvokasta tietoa kotikäyntien merkityksistä lapsiperheille sekä sinulla on mahdollisuus antaa ideoita toiminnan kehittämiseen! Tarvittaessa annan lisätietoa sähköpostitse tai puhelimitse.

Ystävällisin terveisin

Marjut Hietaniemi

marjut.hietaniemi@helsinki.fi

p. xxx-xxxxxxx

## LIITE 2 Kotitalousasiantuntijoiden teemahaastattelurunko

### 1. Taustatiedot:

Haastateltavan nimi, ikä, koulutus ja ammatti, työhistoria kotikäyntien osalta

### 2. Kotikäyntien merkitys

Marttojen kotikäyntien toiminnan kuvaus

Toiminnan tavoitteet

Toimintamuodot

Asiantuntijan rooli kotikäynneillä

Kotikäyntien tulevaisuuden näkymiä

### 3. Lapsiperheet

Toimintaan osallistuvien lapsiperheiden kuvaus

Perheiden haasteet arjessa sekä tuen tarpeet

Perheiden voimavarat

Kotikäyntien vaikutukset perheille asiantuntijan näkökulmasta

### 4. Arjen hallinta

Asiantuntijan näkemys arjen hallinnasta ja sen vaikutuksesta arkeen

Lapsiperheiden arjen hallinta

Arjen rytmin merkitys lapsiperheelle

Kotitalouskäynnin vaikutukset arjen hallinnalle

Hyvä arki

### 5. Kotitaloustaito ja taidon oppiminen

Kotitaloustaitojen merkitys arjen hallinnassa

Taitojen kehittymisen tukeminen

Kotikäyntien mahdollisuudet taitojen vahvistamiseen

## LIITE 3 Vanhempien teemahaastattelurunko

### **1. Taustatiedot:**

Haastateltavan nimi, ikä, ammatti, työssä/kotona, perheenjäsenet

### **2. Lapsiperheen arki**

Kuvaus arjesta

Perheen voimavarat

Lapsiperheiden haasteet

Yhteiskunnan tuki lapsiperheille

Arjen rytmit

### **3. Kotikäyntien tuki arjelle**

Marttojen kotikäyntien kuvaus perheen näkökulmasta

Toiminnan tavoitteet

Toimintamuodot

Kotitalousasiantuntijan rooli kotikäynneillä

Kehitys ehdotuksia kotikäyntien osalta

Kotikäynnin tuki perheelle

### **3. Kotitaloustaito ja kotityöt**

Kotitaloustaito ja kotityöt kotona

Kotitaloustaidon tuki arjelle

Muutokset kotikäyntien myötä kotitöissä/arjen rytmeissä